

༄༅། བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་དཔེ་ཚོགས་ལྷེ་གནས་།

Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

<b>Work:</b>	W1CZ2398	<b>ImageGroup:</b>	I1CZ2452
<b>LCCN:</b>	2006448051	<b>ISBN:</b>	n/a

<b>Title:</b>	<p>གུང་ཐང་པའི་ཤེས་རབ་སྟིང་པའི་སྟགས་ཀྱི་རྣམ་པའདད་དང་ཅོ་ནི་སྒྲ་མ་སྟོ་བཟང་རྒྱའི་མཚོའི་ལྷ་མག་ར་སོགས་</p> <p>gung thang pa'i shes rab snying po'i sngags kyi rnam bshad dang co ne bla ma blo bzang rgya'i mtsho'i lta mgur sogs</p>
<b>Author:</b>	<p>དཀོན་མཚོག་བསྟན་པའི་སྟོན་མེ</p> <p>dkon mchog bstan pa'i sgron me</p>
<b>Descriptor:</b>	n/a
<b>Original Publication:</b>	n/a;n/a
<b>Place:</b>	India
<b>Publisher:</b>	bya bral ba phyag mdzod mkhan po
<b>Date:</b>	2006
<b>Volume:</b>	1
<b>Total Volumes:</b>	1
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: from 10. (0000 drive) on Dummy 22.



༡༡། །ཇི་གུང་ཐང་བའི་ཤེས་རབ་སྙིང་བོའི་སྒྲགས་  
གྱི་ནམ་ལའད་དང་། ཅོ་ནེ་སྒྲ་མ་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་  
གསུང་ལས་ལེགས་པར་ལའད་པའི་སྙིང་པོ་ལས་  
བརྩམས་ཏེ་སྤེལ་མར་བསྟོད་པ་དང་ཟབ་  
དོན་དབྱངས་སུ་བྱེད་བ་བྱང་བ་  
འཕྲོ་འདྲའི་སྒྲ་དབྱངས་  
སོགས་ལྟ་མགུར་  
ཁག་བཞུགས་  
སོ།།



- ༡༽ ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོའི་སྒྲགས་ཀྱི་ནམ་བཤད་སྒྲས་དོན་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞུགས་སོ་..... ( ༡ )
- ༢༽ ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྒྲིང་པོ་ལས་བརྩམས་ཏེ་སྤེལ་མར་བསྟོད་པ་དགོངས་  
དོན་ཟད་མེད་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྟོ་འཕར་ཆུ་ཆེར་བྱེ་བ་རྣམས་སྤུན་སྤྱིན་  
ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༢༧ )
- ༣༽ ཟབ་དོན་དབྱངས་སྒྲ་བྱིར་བ་བྱང་བ་འཕྲོ་འདྲའི་སྒྲ་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞུགས་སོ་..... ( ༤༣ )
- ༤༽ ཟབ་མོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་རྩལ་ལ་བག་ཆགས་འཛོག་སྤྱིར་  
མདོ་དོན་ཕྱར་ཞིག་དབྱད་སྒྲུབས་གང་གར་དབྱངས་སྒྲ་བསྐྱེབས་པ་བྱང་བ་  
སྟོས་པའི་ཅུ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༤༩ )
- ༥༽ ཟབ་མོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་རྩལ་ལས་བརྩམས་ཏེ་གང་གར་  
དབྱངས་སྒྲ་བསྐྱེབས་པ་ནམས་དང་འབྱུར་བ་སྟོང་གིས་ཏུ་སྒྱུར་འི་རྩུད་ཀྱི་  
སྤེམས་འཆང་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༥༥ )
- ༦༽ རྩུ་རྟེན་རྟེན་འབྲེལ་ཚོགས་པའི་འཕྲུལ་ལས་བྱུང་བའི་ཚོལ་སྒྲ་རང་བཞིན་  
སྟོང་བའི་སྒྲིག་མོར་མཛོལ་བསྐྱེབས་པའི་སོ་ན་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༥༩ )
- ༧༽ ལྟ་བའི་རོ་སྟོད་དགོས་ཞེས་པའི་ལན་དྲང་པོའི་ཆངས་ཐིག་ཅེས་བྱ་བ་ ( ༧༠ )
- ༨༽ ལུ་བ་སི་ཀ་རིན་ཆེན་དོ་རྩེ་ལ་སྒྲུལ་བའི་ལྟ་སྟོལ་སྟོད་འབྲས་ཀྱི་མགྱུར་མ་  
བཞུགས་སོ་..... ( ༧༡ )

- ༧༽ མི་ལམ་གྱི་དགའ་མས་བསྐྱལ་བའི་ཐོལ་སྤྱུ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༥༩ )
- ༩༠༽ རྟན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ལ་མོས་པའི་རིགས་པ་སྤྱི་བའི་གྲུ་འགྲུར་  
བྱུར་རྒྱུ་མངས་བཞད་པའི་སྤྱི་ཡི་རམ་འདེགས་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༦༥ )
- ༩༡༽ གསལ་རིག་སེམས་ཀྱི་འཆར་སྒོ་ཐང་གཅིག་ཟབ་མོའི་གནས་སུ་འགྱུ་བའི་  
ངང་ཚུལ་ཤུགས་འབྱུང་དབྱེངས་སུ་སྒོས་པ་འབྲུལ་ལ་བ་རིང་མོ་  
ཞེས་བ་..... ( ༦༩ )
- ༩༢༽ བརྟེན་ཐོལ་གསལ་བཤད་བྱ་མཚོའི་བཅུད་ཀྱི་ཐེགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༧༡ )
- ༩༣༽ བསྐྱན་པའི་སྤྱིང་པོ་དབྱུ་མའི་གཞུང་ལུགས་ལ་ཐོས་བསམ་སུལ་སྤྱིན་ཡོང་  
རེས་ཁྲ་མ་རྩ་སྤྱང་ལ་ཀ་སྟེང་གི་སྒོ་ནས་འཕྲིན་བཅོལ་དང་ཡིད་ཀྱི་དམ་བཅའ་  
ཤུགས་དག་བཞིས་པའི་རིམ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༧༩ )
- ༩༤༽ མི་ལམ་རྒྱན་པས་བསྐྱུས་པའི་ཡིད་ཀྱིས་སད་པའི་སྤྱང་ཞེན་ལ་དོགས་པ་  
སྒོང་བའི་ངང་ཚུལ་བརྟེན་པ་བྲག་ཅའི་སྤྱུ་དབྱེངས་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༨༥ )
- ༩༥༽ ཡིད་ལ་བརྟག་པའི་དོན་དག་ནས་ཐལ་བ་རིམ་འཕྲོས་བ་..... ( ༨༩ )
- ༩༦༽ ཆོས་སྤྱང་ཀུན་གྱི་སྤྱིང་པོ་མཐའ་བལ་དབྱུ་མའི་རང་ཞལ་མདོན་དུ་དུ་འགྲུར་  
བར་སྒོན་པའི་སྤྱུ་དབྱེངས་ཀྱི་རྒྱལ་མོ་ནམ་པར་ཅེན་པའི་གྲུ་འགྲུར་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་མོ་..... ( ༩༥ )
- ༩༧༽ གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ལས་བརྩམ་བའི་ཐོལ་སྤྱུ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༩༩ )
- ༩༨༽ སྤྱིང་པའི་རིམ་ནད་གཞིལ་བྱེད་གཡས་འབྲིལ་དྲུང་གི་རང་སྤྱི་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་མོ་..... ( ༡༠༡ )
- ༩༩༽ རགས་སྤྱ་ལྟ་བའི་ཐེམ་སྐྱས་ལས་མཐའ་བལ་དབྱུ་མའི་ཁང་བཟང་དུ་  
བཟོད་པའི་ཐངས་འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་བཞེད་དགོངས་འཇམ་མགོན་

- ཐུགས་བརྟན་བདུད་ཅིའི་སྤྱིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༧༥ )
- ༣༠༽ ཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་རིགས་པའི་སྒོ་ནས་ཟབ་དོན་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་དབྱར་དུས་  
ཐོག་མའི་འབྲུག་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༧༩ )
- ༣༡༽ བྱག་ཆེན་ལས་བརྩམས་པའི་དྲི་ལན་སྤོངས་པའི་བྲ་བ་གཙོད་པའི་རལ་  
གྱིའི་འཕྲུལ་འཁོར་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༠༠ )
- ༣༢༽ ལྷ་ཚོགས་རི་མོར་བཀྲ་བའི་མཐོང་སྤང་གི་རྒྱན་གྱིས་བསྐྱལ་ཏེ་སེམས་  
ཀྱི་རང་ཞལ་མཐོང་བར་སྒོན་པའི་སྤྱ་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༠༣ )
- ༣༣༽ ལྷང་སྤོང་མཛོད་གཙུགས་གོགས་སུ་འཐམས་པའི་རང་ཚུལ་དཔེ་ཡི་  
སྒོ་ནས་མཚོན་པའི་བྲག་ཙའི་སྤྱ་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༠༧ )
- ༣༤༽ མདོ་དོན་དབྱངས་སུ་བྱེར་བ་མཐར་འཛིན་གདུང་སེལ་རྒྱ་བ་ཞུན་མའི་  
ཐིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༡༡ )
- ༣༥༽ ཟབ་མོ་དབུ་མའི་གཞུང་ལམ་འགྲིམ་པར་སྒོན་པའི་སྤྱ་དབྱངས་མཐར་  
འཛིན་སྤྱན་སེལ་ཏེ་འོད་འཕྲུལ་པའི་འཁྲི་ཤིང་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༡༣ )
- ༣༦༽ ལྷ་སྒོམ་སྤྱོད་འབྲས་ལས་བརྩམས་པའི་སྤྱ་དབྱངས་བསྐྱབ་གསུམ་  
འབྲས་བཙས་རྒྱན་གྱི་མེ་ཏོག་ཅེས་བྱ་བ་..... ( ༡༡༤ )
- ༣༧༽ བསྐྱན་པ་ཐམས་ཅད་བྱ་བ་ཞི་ལམ་དུ་འབྱེར་བའི་གནད་དོན་ཡོངས་  
སུ་ཚོགས་པ་ལས་བརྩམས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་སྒྲ་དོན་རྒྱན་གྱི་ལང་ཚོ་ཞེས་  
བྱ་བ་..... ( ༡༡༥ )
- ༣༨༽ ཟབ་དོན་དབྱངས་སུ་བྱེར་བ་མཐར་འཛིན་གདུང་སེལ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༡༧ )
- ༣༩༽ མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་བསྐྱན་པའི་སྤྱིང་པོ་ཡིད་ལ་གར་སྒོམ་བྱེད་ཚུལ་ཐར་པ་མཚོག་  
གི་སོ་བྱང་དུ་བཞོད་པའི་ཐེམ་སྐྱས་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༡༩ )

༡༠། མདོ་སྐགས་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྤྱིང་པོ་ཡང་སྤྱིང་དང་བཅས་པ་ནམས་སུ་བསྟན་  
བར་སྟོན་པའི་སེམས་ཀྱི་ཀུ་མུ་ཏ་ཁ་བྱེ་བའི་ཟླ་བའི་འོད་ཀྱི་འཁྲི་ཤིང་  
ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༣༡ )

༡༡། མཐར་ལྷའི་གཡང་དུ་གོམ་འགྲོས་འཁྱོར་བའི་མི་བསྟན་ཡིད་ཀྱི་ཐང་  
བོ་དབུ་མའི་གཞུང་ལམ་དུ་བཀོལ་ན་སྟམ་པའི་འཆར་སྟོང་དྲི་ཟའི་རྒྱད་  
དུ་བཀུག་པའི་རང་སྒྲུ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༣༢ )

༡༢། རང་ནིད་དགེ་བར་བསྐྱེལ་བའི་གཏམ་ཚོགས་མགྱར་མ་འགའ་ཞིག་  
ཚུགས་སུ་བཀོད་པ་གསལ་དུངས་སེམས་ཀྱི་རང་མདངས་སྒྲ་ཚོགས་  
བཀྲ་བའི་སྒྲོས་གར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༣༣ )

༡༣། ཏག་འཛིན་གདོན་གྱིས་གཅེས་པའི་མུན་པའི་སྟག་རུམ་དུ་ཐང་གཅིག་  
འཆི་བ་དུན་པའི་སྟོག་གི་གར་མཁན་གཡོ་བའི་སྒངས་སྟབས་ཞེས་  
བྱ་བ་..... ( ༡༣༤ )

༡༤། རང་ལ་ཕན་པར་སྒྲུ་བའི་གཏམ་སེམས་ཀྱི་ཅང་ཤེས་ལེ་ལོའི་གོམ་འགྲོས་  
ལས་དགེ་བའི་ལམ་དུ་གཙུན་པའི་བསྐྱེལ་བྱ་གཅེས་བྱ་བ་..... ( ༡༣༥ )

༡༥། མིད་པའི་འགྱུར་བ་སྟོག་གི་གར་མཁར་རྗེས་སུ་གསལ་རིག་སེམས་  
ཀྱི་ཀང་སྟབས་བསྐྱར་བའི་རང་རྩལ་བརྗོད་པའི་ཀ་སྤང་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༣༦ )

༡༦། རང་ནིད་དགེ་བར་བསྐྱེལ་བའི་གཏམ་གྱི་སྒྱུར་བ་ངན་ཞེན་གཉིད་ལས་  
སྒྲོང་བའི་དྲི་མེད་ཆོག་གི་བསང་གཏོར་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༣༧ )

༡༧། ཞི་བའི་ནགས་འདབ་བསྟན་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་གང་ཤར་དབུངས་སུ་  
བསྟེབས་པའི་ཐོལ་སྒྲུ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༣༨ )

༡༨། སྒྲུ་མ་ལུས་ཀྱི་ཁྱོང་ཁྱིར་དུ་ནམ་ཤེས་མགྲོན་པོས་ཞག་མལ་བྱས་ཏེ་ཆས་



- པ་ལ་མངོན་པར་སྟོགས་པའི་གཏམ་མི་རྟག་སྟོན་པོའི་རང་གཟུགས་ཡིད་  
 གྱིད་བར་འབྱེའི་བྱི་མེད་ཆེག་གི་ཆོན་པར་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༩༡ )
- ༡༩༡ སྟོན་འཕྲོར་སྟོག་གི་བྱ་མོའི་རོལ་ཅེད་ཀྱིས་སྤང་བ་བྱིད་པའི་རང་ཚུལ་  
 སྤང་སྟེ་རང་ལ་ལེ་ལན་བདེ་བའི་ཆེག་ལ་བ་..... ( ༡༩༢ )
- ༡༩༢ རིག་པ་སྟོན་དང་གས་ཀྱི་ཆེག་གི་སྟོར་བར་སྟོབ་བསྐུལ་ལྷ་སྟེ་ཀ་གསར་  
 པའི་བྱི་བསྐྱར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༩༣ )
- ༡༩༣ ཀླ་ལི་ལུགས་སྟོག་ལས་བཅམས་པའི་ཆེག་གི་སྟོར་བ་འདི་སྤང་གཉིད་  
 ལས་སྟོང་བྱེད་འཆི་མེད་རྩ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༩༤ )
- ༡༩༤ བྱིས་སེམས་སྟེ་མས་པའི་མགོ་འཕང་བཏེགས་པ་གཞོན་བྱེད་མི་རྟག་  
 སྟོན་པོའི་འཛིགས་གཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༩༥ )
- ༡༩༥ སྟོང་ནས་ཡིད་རྟོན་པའི་སྟེས་བྱ་ལ་ངག་བཀོད་ཀྱི་རི་མོ་སྟེ་སྟེ་ཀའི་  
 འཆུན་འཕྱར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༩༦ )
- ༡༩༦ རི་འབྲས་ཉི་མ་འདྲན་པའི་སྟེ་རངས་འོད་ཀྱི་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་  
 སོ་..... ( ༡༩༧ )
- ༡༩༧ མ་ཆགས་འཕགས་པའི་རིགས་ཀྱི་རྟུ་པ་བརྟུ་ཕྱིར་རང་ལ་བསྐུལ་  
 པའི་སྟོང་གཏམ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༩༨ )
- ༡༩༨ གཞན་དོན་ལྟར་སྤང་གིས་འདྲུ་ཡོད་ཟ་ཟེར་མང་པོས་ཞག་གི་འཁོར་  
 ཡོ་ཡུད་ཡུད་འདེའ་བའི་སྐབས་སུ་རང་གིས་རང་ལ་ཆེག་ལ་བ་ཏུ་སྟེས་  
 པའི་སྟོང་གཏམ་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༩༩ )
- ༡༩༩ སྟོང་ནས་ཡིད་རྟོན་པའི་སྟོགས་པོ་ལ་གདམས་པའི་ངག་ཡོན་ཏན་  
 བྱི་བསྐྱར་བསྟོ་བྱེད་རྟོའི་འབྱི་མིང་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༢༠༠ )

༤༩ ་ མ་སྒྲུབ་ཆོག་ལ་ཞེན་པའི་རྟོག་གི་པ་ཆན་པོས་རང་ཉིད་སྒྲུབ་པར་བསྒྲུལ་  
པའི་ལྷགས་འདེབས་ཞེས་བྱ་བ་..... ( ༡༥༩ )

༥༠ ་ ལྷལ་རིང་ལམ་གྱིས་དྲུབ་པའི་མགོན་པོ་དག་འཕྱོ་མེམས་ཀྱི་འགྲུར་བ་སྒྲུ་  
བཏབ་པའི་ཐོལ་སྒྲུ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༦༠ )

༥༡ ་ ཡིད་ལ་བརྟག་པའི་རེ་འདོད་སྟོན་པའི་ཆོག་གི་སྒྲོས་གར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་  
སོ་..... ( ༡༦༡ )

༥༢ ་ སྟོན་སྒྲུ་རེ་འབྲས་ཡིད་བཞེན་འགྲུག་པའི་ལྷགས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་  
སོ་..... ( ༡༦༢ )

༥༣ ་ ཞི་བའི་ནགས་འདབ་སྟེན་པར་བསྒྲུལ་པའི་སོ་ན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་  
སོ་..... ( ༡༦༣ )

༥༤ ་ འབྲུང་འབྲུགས་ནད་ཀྱིས་གཟིར་ཆེ་བྱལ་ཀྱན་བྱིན་རྒྱབས་འདུག་པའི་སྟོ་གཅིག་  
བྱ་རྩ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་མི་ཐུང་དད་པའི་སྒྲོས་གར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་  
སོ་..... ( ༡༦༤ )

༥༥ ་ གསལ་རིག་མེམས་ཀྱི་འགྲུ་བ་མ་སྒྲུས་རག་ནས་ཐལ་བའི་ཀ་མེར་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༦༥ )

༥༦ ་ ཅོལ་རྒྱུར་གི་རག་མ་སྟོམ་པའི་ཐོལ་སྒྲུ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༦༦ )

༥༧ ་ ཟབ་གསར་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་ཐོས་དོན་ཉམས་སུ་བསྒྲར་བར་སྟོན་པའི་དོ་རྩེའི་  
སྒྲུ་དབྱངས་བརྟོད་དོན་ཟད་པ་མེད་པའི་གཏིར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་  
སོ་..... ( ༡༦༧ )

༥༨ ་ རྒྱར་གྲགས་རིག་གསུམ་ལོག་པའི་གཡང་ལས་བཅུན་ནི་དཔལ་པོ་བྱེ་བའི་  
གཤེགས་བཤུལ་དུ་གོམ་པའི་འདེགས་འཛོག་ཅེན་པར་སྟོན་པའི་དོ་རྩེའི་

- ལྷ་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༥༥ )
- ༥༥༽ རང་ཉིད་དགེ་བར་བསྐྱལ་བའི་དབྱངས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་གསལ་འདེབས་  
 ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༥༩ )
- ༥༦༽ ཡལ་ཇེ་མཆོག་ནས་འཕྱིན་མགུར་སྐྱལ་བའི་ལན་དུ་སྐྱལ་བ་དང་པའི་འོ་མཆོ་  
 འཕྱར་བའི་རྒྱལ་གྱི་རྒྱ་བརྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༦༡ )
- ༥༧༽ གསལ་རིག་སེམས་ཀྱི་གར་མཁན་ནམ་འགྱུར་སྟོང་གི་རོལ་སྟེག་འཆང་  
 བའི་སྒངས་སྒྲུབས་ཀྱི་རང་གཟུགས་འབྱམས་གྲས་པ་སྐྱ་རྒྱ་བྱ་གྱི་གསལ་  
 བའི་དབྱེ་བ་གཅིག་ཉིད་ཀྱི་མེ་ལོང་དུ་མངོན་པར་འཕྲོས་པའི་གདམ་ངང་  
 བའི་བྱ་ཕོས་ནམ་པར་ཅེན་པ་འོ་མའི་མཆོ་ཆེན་འཕྱར་བའི་རྒྱུབས་ཀྱི་རྒྱ་  
 བརྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༦༤ )
- ༥༨༽ སྙན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་གནད་དོན་གོ་རིམ་ལ་ངེས་པ་སྟེར་བའི་བསྐྱབ་  
 བྱ་མཁས་པའི་སྟིང་མོར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༧༥ )
- ༥༩༽ ལྷུབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་རོ་བོ་སྒྲ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཆོག་  
 དད་པའི་སྐྱ་ལོངས་གཡོ་བ་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༧༩ )
- ༦༠༽ སྙན་དངགས་ལེན་དང་པོའི་རྗེས་འཁྲིད་ཀྱི་རིགས་པས་གང་གར་དབྱངས་  
 སུ་ཐལ་བའི་སྐྱ་ན་བའི་བཅུད་ལེན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ་..... ( ༡༨༠ )
- ༦༡༽ དམ་པའི་དམིགས་བྱས་སྟོར་པའི་གདུང་དབྱངས་ཀྱི་ང་རོ་གསང་མཐོ་བ་  
 འགྱུར་མེད་དད་པའི་རང་མདངས་གསལ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་  
 སོ་..... ( ༡༨༡ )
- ༦༢༽ ལྷོ་བའི་ཆ་གདུང་མེལ་བའི་བྱི་མེད་ཆོག་གི་བསང་གཏོར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་  
 སོ་..... ( ༡༨༥ )



༡། ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོའི་སྒྲགས་ཀྱི་ནམ་མཁན་  
སྐུ་དོན་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་ཐུ་རྒྱུ་རྒྱན་ཡ། ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོའི་སྒྲགས། ཏུ་ཐུ། ཨོ་  
ག་ཏེ་ག་ཏེ་ཕ་ར་ག་ཏེ་ཕ་ར་མོ་ག་ཏེ་པོ་རྒྱུ་རྒྱ་ཞེས་པ། བོད་སྐད་དུ། འདི་ལྟ་  
སྟེ། སོངས་ཤིག་སོངས་ཤིག་པ་རོལ་དུ་སོངས་ཤིག། །པ་རོལ་དུ་ཡང་དག་པར་  
སོངས་ཤིག། །བྱང་ཆུབ་དུ་གཞི་བྱགས། ཞེས་པའི་དོན་བཤད་ན། འདི་ལྟ་སྟེ་ནི་  
སྟོན་པ་ནི་ད་ཀྱིས་དང་པོ་རིང་མོ་ཞིག་ནས་གོ་མས་པའི་ཐེག་པ་མཆོག་གི་རིགས་  
ཀྱི་རྒྱས་པ་བཏྲས་པ་ན། སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཙ་བ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དེས་བསྐྱེད་ཏེ་འགྲོ་  
བ་ཡོངས་སུ་དགྲོལ་བར་འདོད་ཅིང་། དགྲོལ་རྒྱུའི་འཆིང་ཐག་ནི་བདག་དུ་འདྲིན་  
པར་གཟིགས་ཡ། སྟོན་དུ་རང་མ་གྲོལ་བས་གཞན་དགྲོལ་མི་རྒྱས་པར་དགོངས་  
ཏེ། འདྲིན་པ་དེའི་དངོས་ཀྱི་གཉེན་པོ་བདག་མེད་པ་ལ་ཐབས་དང་བཅས་ཏེ་གོ་མས་  
པ་མཐར་གཏུགས་པས། དེ་ནི་ད་གཟིགས་པ་ལ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པའི་སྒྲིབ་པ་བག་  
ཆགས་དང་བཅས་པ་ཐད་པས་གཟིགས་པ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཆེ་རང་གིས་གཟིགས་  
ཤིང་མཐོན་དུ་མཛད་པ་འདི་ཁོ་ན་རྗེས་འཇུག་ཀྱན་ཀྱི་བགྲོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་དུ་  
གཟིགས་ནས་གོ་ལ་བའི་མཐའ་གཉིས་བཀག་སྟེ་དབུས་ནལ་མ་འདི་ལྟ་སྟེ་ཞེས་སྟོང་  
པ་དང་རྟེན་འབྱུང་ཟུང་དུ་འཇུག་པ་རང་དབང་དུ་འདོམས་པར་མཛད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
སྐྱབ་ཐུན་མེད་པ་ཆད་མའི་སྒྲིས་བྱ་ཉག་གཅིག་དུ་འབྱུང་སྟེ་ཆོས་ཁྲུངས་བཅུན་པར་  
སྟོན་པ་མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བའོ། །ཡང་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱིས་བྱས་

ཤེས་རབ་སྤྱིར་བོའི་སྒྲགས་ཀྱི་ནམ་བཤད་སྤྱི་དོན་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ།

པར་འདྲ་བ་ལ་དཔན་མཆོག་ཀྱང་སྟེ་སོ་སོར་འགྲོ་བ་ནི་སེམས་འབྱུང་མ་འབྱུང་ཁོ་  
ནའི་ཁྱད་ཡིན། དོན་དང་མ་མཐུན་ན་འབྱུང་བ་དང་། མཐུན་ན་མ་འབྱུང་བ་ཡིན་  
པས། དོན་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ཤེས་ནི་ལོག་པ་དོར་ནས་ཡང་དག་པ་དེར་འགྲོ་དགོས་ལ།  
འགྲོ་སའི་ལམ་དབྱེ་མ་ཉག་ཆད་ཀྱི་གཡང་ས་ལས་འདས་པ་ཞི་བའི་སྟོང་དང་ལམ་གཉིས་  
པ་མེད་པ། དམིགས་པ་ཇི་སྟེད་པ་ལ་ཁྱབ་ཀྱང་ནམ་པའི་དབྱེ་བ་མི་མཐུན་པའི་སྟོས་  
པ་དང་བུལ་ཞིང་། སྤྱང་ཅི་ལྟ་བུར་རོག་ཅིག་པ་སོ་སོར་རང་རིག་པའི་ཡི་ཤེས་ཀྱིས་  
གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་གཟིགས་པ་འདི་ཁོ་ན་སྟེ། ཞེས་བྱུང་བའི་ཡུམ་  
ནམ་པ་གསུམ་གྱི་དངོས་བསྟན་ཟབ་མོ་བསྟུས་པར་སྟོན་པའི་ཆེ་བའོ། །ཡང་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་སྤྱན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་། འཁོར་བ་བ་ནམས་ཀྱིས་སྤྱད་པ་སྤྱོད་བ་ནི་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཁྱད་ཞུགས་པའམ་གཞན་གྱིས་བྱས་པ་མིན་གྱི། རང་གི་བྱེད་ཚུལ་  
ལེགས་ཉེས་ཀྱིས་ཡིན་ནི། སེམས་ཅན་ནམས་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་སྤྲུག་བསྐྱེལ་  
གྱི་རྒྱ་བསྐྱབས་པས་བྱུར་ནས་བྱུར་དུ་འགྲོ་ལ། དེ་ལས་བརྒྱུག་ན་གོང་དུ་འགྲོ་བ་  
ཡིན། དེར་ཡང་གཅིག་ཅར་མི་སྤྱིན་པས་མངོན་པར་རྟོགས་པ་འོག་མ་འོག་མ་ནས་  
གོང་མ་གོང་མར་རིམ་གྱིས་བཏོད་ཚུལ་སངས་རྒྱས་སྤྱི་མ་ནམས་གང་ནས་གཤེགས་  
པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆང་ལ་མ་ནོར་བ་འདི་ཁོ་ན་སྟེ་ཞེས་ཡུམ་གྱི་སྤྱི་དོན་མངོན་  
རྟོགས་བསྟུས་པར་སྟོན་པས་འདི་གཉིས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དགོས་སོགས་  
བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་མཐུ་སྟེ་ཡིད་མ་རིག་པའི་གདོན་གྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱད་  
པ་ལས་བསྐྱབས་ནས་སྤྱི་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ་འགོད་པའི་སྒྲགས་ཀྱི་དོན་ལ། སྟེ་  
དོན་དང་ཆིག་དོན་གཉིས། དང་པོ་ནི། སོངས་ཤིག་ཅེས་བྱ་བ་དེ་གང་ནས་གང་  
དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ན་འཁོར་བ་ནས་སྤྱང་འདས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན་པས། རྒྱས་པར་བྱེ་  
ན་ད་ལྟ་གང་དུ་གནས། དེར་གནས་པའི་རྒྱ། དེ་ནས་གང་དུ་འགྲོ་བ། དེར་འགྲོ་

ཤེས་རབ་སྤྱིར་པོའི་རྒྱལ་སྤྱི་ནམ་ཐག་སྤྱི་དོན་གསལ་བཞེས་བྱ་བ།

བའི་ལམ་སྟེ་བདེན་པ་བཞིའི་ཚུལ་གྱིས་གདན་ལ་དབབ་དགོས་པོ། །དེའང་རང་  
ཅག་ད་ལྟ་གང་ལ་གནས་པ་ནི་བར་ལེན་པའི་ཐུང་པོའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་འཁོར་བའི་སྐྱེ་  
བ་འདི་ཁྱད་སྤྱི་ཆད་གནས་ལོངས་སྟོང་ཕྱོགས་སོགས་གང་གིས་བདེ་བར་བསྐྱུ་བས་  
ཀྱང་སྐྱུ་ག་བསྐྱལ་འབའ་ཞིག་ལས་མ་འདས་པ་ཁབ་ཅི་ལ་ཕྱོགས་གང་ནས་བརྟེན་  
ཀྱང་མི་བདེ་བ་དང་། མི་གཙང་བའི་གོང་བུ་ནམ་གནས་སུ་བྱིང་བ་ལས་མ་འདས་  
པ་ལྟ་བུ་འདི་ནི་སྐྱུ་ག་བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། །གནས་དེར་འཕེན་  
བྱེད་མ་རིག་པ་དང་འདྲ་བྱེད་སོགས་ཡིན་ཀྱང་། དེ་དང་མི་འབྲལ་བར་འཆིང་བྱེད་  
སྤྱད་པའི་བདེ་བ་ལ་བརྟེན་པའི་ཞེན་ཆགས་འདི་ཡིན་ནེ། སག་མི་གཙང་བའི་རྒྱ་བ་  
ལ་ཆགས་ནས་ཉལ་བ་ལྟར་སྐྱུ་ག་བསྐྱལ་ལ་སྐྱུ་ག་བསྐྱལ་དུ་མ་ཤེས་པར་གཙང་ཞིང་  
བདེ་བར་སྟོང་སྟེ་ཤི་སྤར་འཇམ་ནས་བག་མེད་དུ་གཉིད་ལོག་པ་ཡིན་པས། ཀུན་  
འབྱུང་ལ་ལས་ཉོན་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་དངོས་སུ་འཆིང་བྱེད་གཙོ་བོ་སྤྱད་པ་ཡིན་ནོ། །  
གང་དུ་འགོ་བའི་ཡུལ་ནི་འཁོར་བའི་སྐྱུ་ག་བསྐྱལ་དེ་དག་ཟད་པའི་ཐར་པ་ཡིན་ཞིང་།  
དེའང་འཁོར་བ་ཟད་ཅམ་གྱི་འགོག་བཅེན་ཅི་དམན་པའི་ཐུང་འདས་ཞེས་ཐེག་དམན་  
གྱི་བྱང་ཆུབ་ཡིན་ལ། སྐྱུ་ག་བསྐྱལ་པོའི་རྩ་བ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཟད་པའི་  
འགོག་བཅེན་དོན་གཉིས་སུ་སྤྱི་ཚོགས་པས་བརྒྱན་པ་མི་གནས་པའི་ཐུང་འདས་  
ནི་ཁྱ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སྟེ་འགོད་བྱའི་ཡུལ་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེར་འགོ་  
བའི་ལམ་ནི་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་མཛོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པ་ཐེག་  
པ་གསུམ་གྱི་འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་ནམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་ལམ་བདེན་  
གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ། འཁོར་དང་བཅས་ན་དེ་དང་འདྲིན་སྤངས་མཚུངས་པའི་སྟོ་  
རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་འོག་མ་དག་ཀྱང་ལམ་ཡིན་ལ། དེར་སྦྱོར་ཞིང་ཕན་པའི་ཡན་  
ལག་དུ་ཐུར་པས་མི་རྟོག་སྐྱུ་ག་བསྐྱལ་སོགས་སུ་བསྟོམ་པའང་འགོ་བའི་ཕྱོགས་

ཅམ་ལ་ལམ་དུ་བཏགས་པ་བཞིན་ཐར་བའི་ལམ་གྱི་སྐྱམ་བསྐྱས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་འབྱེལ་ལས། མི་ཏྟག་སྒྲོང་བ་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཞེས། །བྱ་བ་གསུམ་པོ་སེམས་  
སྒྲོང་བྱེད། །མཚན་དུ་སེམས་ནི་སྒྲོང་བྱེད་པའི། །ཆོས་ནི་རང་བཞིན་མེད་པ་  
ཡིན། །ཞེས་དང་། །སྒྲོང་འཇུག་ལས། ཡན་ལག་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །ཐུབ་  
པས་ཤེས་རབ་དོན་དུ་གསུངས། །ཞེས་སོ། །རང་ཅག་འཁོར་བ་འདིར་གནས་  
པ་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་ས་དེར་འགྲོ་བའི་རིམ་པ་དཔེར་མཚོན་ན། །མི་སྒྲུན་པོ་  
ཞེག་བཙོན་རར་བག་མེད་དུ་གཉིད་ལོག་ནས་བསྐྱད་པའི་ཆོ། དེ་ལ་སྒྲིང་བཅེ་བའི་  
ཤེས་ལྡན་ཞེག་གིས་པོས་ཏེ་གཉིད་བསྐྱངས་ནས་དེར་བསྐྱད་ན་ཆད་ལས་མང་པོ་འོར་  
ཆུལ་བཤད་པས་སྐྱག་ནས་འཕྲོས་ཐབས་ཨི་ཡོད་ཟེར་བར། འགྲོ་སའི་གནས་རྒྱལ་  
པོའི་སྔ་བྱང་དང་། དེའི་ལམ་བཟོད་ཆུལ་སོགས་བཤད་པ་བཞིན་བྱས་ན་ཐར་ལུས་  
སོ། །དེ་དོན་དང་སྐྱར་ན། དང་པོར་པོས་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཅམ་ཡང་མ་སྐྱེས་  
པའི་བག་མེད་ཀྱི་གཉིད་ལས་བསྐྱངས་ནས་སྒྲོན་ཡོན་གྱི་རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་ཏེ་  
སོངས་ཤིག་ཅམ་གསུང་མཁན་ནི་སྐྱབས་སྒོན་པ་པོ་ཐུབ་པ་སངས་རྒྱས་བཙོམ་ལྡན་  
འདས་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ད་ལྟ་དངོས་ཀྱི་སྒྲ་མ་འདི་ལས་གཞན་དུ་མེད། འཕོད་པའི་  
སྐྱ་ན་བར་གྲགས་ཀྱང་མལ་ནས་མ་ལངས་བཤད་པ་བཞིན་མ་བྱས་ན་དོན་མེད་པ་བཞིན།  
ཆོས་ཐོས་ཀྱང་ལག་དུ་མ་སྐྱངས་འཁོར་པ་ལས་ཡིད་མ་བྱུང་ན་ཐོས་པས་དོན་མེད།  
ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་གི་ལམ་གྱིས་རགས་པ་དང་སྐབའི་མི་ཏྟག་སྐྱག་བསྐྱེལ་བསམས་  
ཏེ་ཡིད་འབྱུང་སྐྱེས་པ་ནི་བཙོན་ར་ལས་འཕྲོས་འདོད་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི། ཐོས་  
ནས་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་བྱ་བ་དངོས་མིན་ཏེ། ཐར་ལམ་དངོས་སུ་སྐྱེའམ་པ་ཡང་  
དག་པའི་ལྟ་བུ་ཅེད་པ་ནས་ཡིན། འོན་ཀྱང་ལམ་དུ་ཞུགས་ཅམ་ནས་དག་ས་བཞུལ་  
བར་མི་འགྱུར་བར་བཞུལ་མ་བཞུལ་གྱི་ཆ་གཉིས་འབྱུང་རོ། །ཡང་དག་ས་བཞུལ་



ཅམ་གྱིས་མི་ཚོག་པར་ད་དྲང་འབད་པ་བསྐྱེད་ནས་སོང་སྟེ་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་དངོས་  
ལ་སྐྱེབ་དགོས་པ་ལྟར། སྒོར་ཉིད་མངོན་སྲུང་དུ་རྟོགས་པ་དེར་ཡང་ཡུན་དུ་གོམས་  
པར་བྱས་ཏེ་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པར་བྱེད་དགོས་སོ། །འདི་ལ་དང་པོར་འགོ་ཚུལ་མགན་  
པ་ཐོས། དེ་ལེགས་པར་བསམས་ཏེ་ངེས་པ་རྟེན་པ་བྱས། དེ་ནས་འགོ་བའི་བྱ་  
བ་ལག་དུ་ལེན་དགོས་པ་ལྟར། ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་ལ་མ་བུལ་བའི་སྒོ་ནས་  
སྒོབ་པར་བྱེད་དགོས་ལ། ལམ་སྟོན་མཁན་དང་། ལམ་དངོས། ལམ་གྲོགས་  
གསུམ་ཁང་དགོས་པས་སྐྱབས་འགོའང་འདིས་འགྲུབ་པོ། །དེ་ལྟར་ན་མྱང་དོར་  
གྱི་སྒྲོམས་ཆེན་པོ་བདེན་པ་བཞི་དང་། དེ་ལས་བྱེ་བ་ཀུན་བྱང་གི་རྟེན་འབྲེལ་ལྷགས་  
འབྱུང་སྒོག་སྒྲགས་བཞི། རྣམ་བྱང་གི་སྒྲོགས་ལ་ངོ་བོ་ལམ་ལྟ་དང་། རྟེན་སྐྱབས་  
འགོ། ལག་དུ་ལེན་ཚུལ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་བཅས་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་  
རིམ་པ་མཐའ་དག་འདུ་ཞིང་། དང་པོ་ཐོས་པ་དགོས་པས་ཐོས་པའི་ཡུལ་བཞེས་  
གཉིན་ལམ་གྱི་རྩ་བར་འགྲུབ་ལ། དེའང་མགན་ལམ་གྱིས་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་སྒྲང་  
ངོ་ཞེས་ཐོས་ལོ་སྟོན་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཚོག་པར། རང་གིས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་པའི་  
སྒྲིང་ནས་འདིའོ་ཞེས་སྟོན་པ་ཞིག་དགོས་པས། འདི་ལྟ་སྟེ་ཞེས་པ་འདིས་བཞེས་  
གཉིན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱང་བསྟན་ཏོ། །དོན་རང་གིས་ཉམས་སུ་སྤྱངས་པ་དང་མཐུན་  
པར་གཞན་དོན་སྦྱོད་པའི་ཁོངས་སུ་བསྟར་བཞི་ཁང་ཞིང་། དེ་དང་སྤྱིན་དུག་བསྐབ་  
གསུམ་ཚོགས་གཉིས་སོགས་ཐན་ཚུན་བསྐྱས་པར་གསུངས་པས་དེ་དག་ཀྱང་ཁང་  
ངོ་། །ཁ་བཙལ་བར་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་དེ་ནི་ནང་ནས་བསྐྱལ་བ་ཡིན་པས་རྒྱ་  
འབྲས་མན་ངག་བདུན་དང་བདག་གཞན་བརྗེ་བ་སོགས་ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
པ་ཐམས་ཅད་ཤུགས་ཀྱིས་འགྲུབ་སྟེ། མདོར་ན་ལམ་གྱི་ཁོག་བུབ་འགང་ཆེ་བ་  
ཐམས་ཅད་སྦྱི་དོན་གྱི་ཁོངས་འདི་ནས་ཞེས་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ཆོག་དོན་ནི། མོངས་

ཤིག་ཅེས་པ་ཚོགས་ལམ། ཡང་སོངས་ཤིག་ཅེས་པ་སྒྲིང་ལམ། ས་རོལ་དུ་སོངས་  
 ཤིག་ཅེས་པ་མཐོང་ལམ། ས་རོལ་དུ་ཡང་དག་པར་སོངས་ཤིག་ཅེས་པ་སྒྲོམ་ལམ།  
 བྱང་ཆུབ་དུ་གཞི་རྒྱགས་ཞེས་པ་ས་མི་སྒྲོབ་ལམ་བསྐྱན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་འདི་  
 གདུལ་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ན་སྒྲིས་བྱ་ཆུང་དུ་འི་ལམ་གྱིས་ཚོས་  
 སྒྲུབ་པའི་རྟེན་མདོན་མཐོ་བྱང་པར་ཅན་དུ་འགྲོ་བ་དང་། འབྲིང་དང་ཆེན་པོའི་ལམ་  
 གྱིས་ངེས་ལེགས་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་འགྲོ་ཞིང་། ཐམས་ཅད་མཐར་མི་གནས་པའི་  
 བྱང་འདས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སྒྲར་ཚོག་པས་ལམ་ལྷ་ཙམ་གྱིས་སྤྱད་མི་རྒྱས་པ་དང་། ཐེག་  
 ཆེན་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་བྱེད་ཆེ་ཉམས་ལེན་སྒྲོར་བ་བཞེས་འབྲས་བྱ་ཚོས་སྒྲར་འགྲོ་  
 བ་ལ་སྒྲར་ན་ལེགས་པས་སྒྲིར་གྱི་ལམ་ལྷ་བྱས་པ་བྲལ་ཆེ་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། འདིའི་  
 སོང་བའི་དོན་ནི་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཐར་པ་འཕམ་བྱ་ངན་ལས་འདས་  
 པའི་སྒྲོགས་སུ་འགྲོ་བས་ན་དེའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡན་ཆད་ལ་ཡིན་གྱི། མདོན་  
 མཐོ་སྒྲུབ་པ་ལ་སོང་བའི་སྐྱོད་ན་མེད་དེ། བྱང་འདས་ཀྱི་གང་ལས་འདས་པ་དང་།  
 ངེས་འབྱུང་གིས་གང་ལས་འབྱུང་བ་སྟེ། འདིའི་འབྱུང་བ་ནི་བཙོན་ར་ནས་ཕྱིར་  
 འབྱུང་ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་གཞན་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་དང་། འདིར་སོངས་ཤིག་ཅེས་གསུངས་  
 པ་ནམས་དོན་གཅིག་གོ། ཐེག་ཆེན་ཁོ་ན་ལ་འང་མི་སྒྲིར་ཏེ། གང་ཞིག་བདེ་གཤེགས་  
 ཉན་ཐོས་འགྱུར་བར་བྱ་སྒྲུལ་དང་། །ཞེས་སོགས་སམ། རབ་འབྱོར་ཉན་ཐོས་  
 ཀྱི་ས་ལ་བསྐབ་པར་འདོད་པས་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ས་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་འདི་ཉིད་ལ་བསྐབ་  
 པར་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བཞོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་དུ་འགྱུབ་པས་གཙོ་བོ་  
 ཐེག་ཆེན་ཡིན་ཡང་ཕལ་བའི་ཆུལ་དུ་ཐེག་པ་གཞན་གཉིས་ཀ་འང་སྤྱད་དགོས་སོ། །  
 འོན་ཏེ་གལ་ཆེ་བ་ལ་དོན་གཅིག་ནམ་གངས་དུ་མར་སྒྲོས་ཏེ་གསུང་བའང་ཡོད་པས།  
 ལམ་ལྷ་ཁོ་ནར་སྒྲོར་དགོས་པ་ཅིས་ཤེས་ཤེ་ན། རང་གི་ཆོག་གི་རྒྱས་པས་ཤེས་ཏེ།

ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོའི་ཐུགས་ཀྱི་ནམ་བཤད་སྤུས་དོན་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ།

དང་པོ་གཉིས་ལ་པ་རོལ་གྱི་སྒྲ་མ་སྒྱུར་ཞིང་གསུམ་པ་ནས་སྒྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། རྟེན་འབྲེལ་ལྟ་རྒྱུ་རོལ་གྱི་མཆོམས་ནི་དཔེར་ན་ལུང་པ་པར་ནང་ཚུར་ནང་གི་མཆོམས་བར་གྱི་རིམ་སྒྲིང་རྒྱུ་ནས་འཛོག་པ་ལྟར། སྒྲིལ་པ་གསུམ་གྱི་མཆོམས་ནས་འབྲེད་པ་ཡིན་ཏེ་ཆོས་ཉིད་མཛོན་སྤུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཉི་མ་ཤར་རྟེ། སྤྱིད་པར་ཀུན་དུ་སྒྱུར་བ་གསུམ་གྱི་ལུས་སྤྱད་དང་གྲང་བའི་གདུང་བ་ཟད་པ། སོ་སོ་སྒྲིལ་ནས་ཀྱི་མཛོན་དུ་མ་གྱུར་ཅིང་འཕགས་པ་ནས་ཀྱི་གནས་སུ་གྱུར་པ་དེ་ལ་པ་རོལ་ཅེས་བྱའོ། རྟེན་འབྲེལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཉི་མ་ཤར་ཞིང་ཀུན་སྒྱུར་གསུམ་གྱི་གྲིབ་མ་སྤྱད་པོ་གྲང་རེག་དང་བཅས་པས་མོན་པ་སོ་སོ་སྒྲིལ་ནས་ཀྱི་རྒྱན་གྱི་སྒྲིང་གནས་སུ་གྱུར་པ་དེ་ལ་ཚུ་རོལ་ཅེས་བྱ་སྟེ། ལས་ཀྱི་རྒྱས་པས་དེ་ཁོ་ན་མཐོང་ཞིང་། དེའི་ནང་དུ་འབྱུངས་པའི་ཕྱིར་ཚུ་རོལ་མཐོང་བ་ཞེས་བཏགས་སོ། པ་རོལ་དང་ཚུ་རོལ་ལྟོས་འཛོག་གིས་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བུའི་དོན་ཡིན་པས། དེ་ལ་གཙོ་བོར་ལྟོས་ཏེ་འཕགས་པའི་ས་ལ་པ་རོལ་ཅེས་གསུང་བ་ཡིན་གྱི། སངས་རྒྱས་རང་ལ་ལྟོས་ན་ཚུ་རོལ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིད་པ་ཐ་མ་པ་མང་པོ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་ཆེ་ཚུར་ཤོག་གསུང་བ་དེ་འཁོར་བར་ཞེན་ཐག་ཆོད་ལ། སྤྱད་བསྟེན་ཏེ་བར་ཞི་བ་ཐར་པའི་ས་འདིར་ཚུར་ཤོག་ཅེས་མུང་འདས་ཀྱི་བསམ་པ་སྒྲིང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཤུགས་ཆེ་བས་སྒྱུར་བ་བསྐབ་པའི་འཕོག་ཆོག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གོ་འདུང་ཆངས་པར་སྒྲིང་ཅིག་ཅེས་པ་ཅུམ་གྱིས་ཆོད་པ་ཡིན་ནོ། འོ་ན་ཆོགས་སྒྱུར་གཉིས་ག་ཚུ་རོལ་གྱི་སར་འདྲ་བས་སོངས་ཤིག་ཅེས་པ་གཅིག་གིས་ཆོག་ལ། ཡང་ན་ཆོགས་ལམ་གསུམ་དང་སྒྱུར་ལམ་བཞི་ལའང་སོ་སོར་དཔོན་སོ་སྣམ་ན། འདི་ནི་ལམ་ལྟར་འབྲེད་ལུགས་རྒྱ་མཆོན་དང་བཅས་པ་ལེགས་པར་གོ་དགོས་སོ། རྟེན་འབྲེལ་ལམ་ལྟར་བྱེ་བ་ཐབས་ཀྱི་ཆ་ནས་མ་ཡིན་པར། སྒྲིང་ཉིད་

རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆ་ནས་ཡིན་ནེ། ཆོས་ཉིད་ལ་གསལ་སྒྲུང་ཆ་འདྲ་ཙམ་ཡང་  
མ་ཐོབ་ཀྱང་སྒྲུང་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ཆོག་མ་ཙམ་དུ་འགྲོ་བས་ཆོག་མ་ལམ་དང་། དེས་  
པར་འབྱེད་པ་མཐོང་ལམ་ལྟ་བུའི་གསལ་སྒྲུང་དངོས་མིན་གྱང་དེའི་ཆ་འདྲ་ཙམ་སྒྲིས་  
པས་དེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་ནམ་སྒྲུང་ལམ་དང་། ཆོས་ཉིད་དང་པོར་མངོན་སུམ་  
དུ་གསལ་བར་མཐོང་བས་མཐོང་ལམ་དང་། མཐོང་ཟིན་གོམས་པར་བྱེད་པས་  
སྒྲོམ་ལམ་དང་། དེ་ལས་ལྷག་གོམས་ཤིང་བསྐབ་རྒྱ་མེད་པས་མི་སྒྲོབ་ལམ་ཞེས་  
བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཆོག་སྒྲུང་གཉིས་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་མཐོང་ཚུལ་ཁྱད་  
པར་ཆེ་བས་སོ་སོར་གསུངས་པ་ཡིན་ནེ། དཔེར་ན། སྤྱིའི་ལུང་པའི་མཐོང་  
ན་ཡོད་པ་དེ་ལ་འདེབ་མ་ཟིན་པར་དུ་གཞུང་བརྒྱད་ནས་འགྲོ་བའི་ཆེ་ཆེ་མཐོང་གསལ་  
དུ་འགྲོ་རྒྱ་མེད་པ་ལྟར། ཆོག་མ་ལམ་སྐབས་སྤང་བུ་འདི་དང་འདི་མངོན་གྱིས་  
ཙམ་ཡང་སྤོང་ཟེར་རྒྱ་མེད་ལ། དོན་སྤྱིའི་གསལ་སྒྲུང་འཕེལ་བའི་ཁྱད་པར་དོད་  
རྒྱུང་མེད། སྒྲུང་ལམ་སྐབས་མཐོང་སྤངས་གཟུང་འདྲིན་གྱི་རྟོག་པ་མངོན་གྱིས་  
རིམ་གྱིས་ཉམས་སྒྲོད་པས་སྤང་བུ་ནམ་རྟོག་ལྷན་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་འབྱེད་རྒྱ་དང་། དེའི་  
མཐུས་ཆོས་ཉིད་ལ་དོན་སྤྱིའི་གསལ་སྒྲུང་ཆེ་ཆེར་འགྲོ་རྒྱ་ཡོད་པ། དཔེར་ན་ལ་  
འདབ་ནས་ཡར་གོམ་པ་རེ་རེ་བཞེན་ཆེ་མཐོང་འགྲོ་རྒྱ་དང་། དེའི་དབང་གིས་ཉི་  
ཟེར་གྱི་མདངས་ཀྱང་རིམ་པས་ཆེ་གསལ་དུ་འགྲོ་རྒྱ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། རྟོད་  
ལ་སྤང་བ་ཐོབ་པ་དང་། ཅེ་མོ་ལ་སྤང་བ་མཆེད་པ་སོགས་སུ་གསུངས་པ་ཡིན་  
ནོ། །ཡང་རྟོད་ཀྱི་སྒྲོ་དོན་ནམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡི་ཤེས་ཀྱི་མའི་སྒྲ་ལྷས་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་རྟོག་གྱིས་བཞེས་གསུངས་པས། གཙུབ་ཤིང་གི་དཔེ་དང་སྒྲུར་ན་རེ་ཞིག་  
མ་བདར་བར་དུ་རྟོད་མི་འབྱུང་ལ། དེ་ནས་རྟོད་ཙམ་དང་། ཤིན་དུ་ཆ་བ་དང་།  
དུ་བ་འབྱུལ་བ་དང་། མེ་ཙག་ཙག་པ་དང་། དམར་ལམ་གྱིས་འབར་བ་ནམས་

རིམ་པར་འབྱུང་བའི་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་དངོས་སུ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་ལ། རོད་མ་ལང་  
གོང་དེར་དེ་འདྲའི་དབྱེ་ཆར་མེད་དོ། །འོན་ཀྱང་དང་པོ་མ་བདར་ན་རོད་མི་འབྱུང་།  
རོད་བྱུང་ཡང་ཡུན་དུ་མ་བདར་ན་མི་མི་འབྱུང་བ་དང་། སྤྱི་བ་ཀྱི་ལུང་བའི་གཞུང་  
བརྒྱད་ནས་མ་སོང་བར་ལ་འདབ་དུ་མི་སྦྲེབ་ལ། ལ་མ་འཛོག་པར་པར་ནང་དུ་མི་  
ཕྱིན་པ་ལྟར། ཆོགས་ལམ་མ་སྦྱིས་པར་སྦྱོར་ལམ་དང་། སྦྱོར་ལམ་མ་སྦྱིས་པར་  
མཐོང་ལམ་དུ་བཟོད་ཚུལ་མེད་དོ། །འདི་ལེགས་པར་གོ་ན། ཁ་ཅིག་ རྟོག་པ་  
ཐམས་ཅད་འཆིང་བྱེད་ཡིན་པས་དང་པོ་ནས་མི་རྟོག་པ་ལ་འདུག་དགོས་ཞེས་སྒྲ་བ་  
ནམས་སྒྲོམ་རིམ་གསུམ་དང་རྗེའི་གསུང་རབ་ནམས་སུ་བཀག་པའི་དོན་ཁོང་དུ་ཆུད་  
དེ། ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་དང་བཤད་སྒྲུབ་ལ་མ་བྲལ་བས་བརྟན་པའི་གནད་  
དང་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་ངེས་པ་རྟེན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་  
ན་སོངས་ཤིག་ཅེས་པ་དང་པོས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་ཐོས་བསམ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་  
ཆོགས་ལམ་བཟོད་ཚུལ་དང་། གཉིས་པས་དེ་ལ་དོན་སྦྱིའི་གསལ་སྤྱང་དང་བཅས་  
པའི་སྒྲོམ་བྱུང་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སྦྱོར་ལམ་བཟོད་ཚུལ་བརྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་  
ན་ཆོགས་སྦྱོར་གཉིས་པོ་དེ་མེད་མི་རུང་དུ་བཟོད་དགོས་པའི་ཐར་ལམ་ཡིན་ཀྱང་།  
ཀུན་བདུས་ལས་ཀུན་འབྱུང་རྗེས་མཐུན་པར་གསུངས་པ་བཞིན་རྟེན་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཚུ་  
རོལ་འཁོར་བའི་ཚྭ་གསུ་སུ་གཏོགས་པ་ས་ལམ་གྱི་བདེན་པའམ་ལམ་དོན་དམ་པ་  
ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་ན། འགྲོ་མི་འདོད་དང་ལམ་རྟོར་དང་། །ལམ་  
ལ་ཐེ་ཆོས་རི་སྟེད་ཅིག །ཅེས་པ་ལྟར་གྱི་ཀུན་སྦྱོར་གསུམ་སྤངས་ཤིང་། བྱུང་  
པར་མདོ་ལས། ཐེ་ཆོས་ལས་བཞུལ་བ། མོས་ཉི་ལས་བཞུལ་བ། གཞན་གྱི་  
བྱིང་ལ་མི་འཛོག་པ། སྟོན་པའི་བརྟན་པ་ལས་གཞན་གྱིས་བཀྱིར་མི་བདུབ་པ།  
ཞེས་སོགས་ལྟར་དོགས་པ་མེད་པར་ཡང་དག་པའི་ལམ་བཟོད་ཉག་གཅིག་པ། དག་

ཡུལ་བཟལ་ནས་རང་སར་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ལམ་བདེན་གྱི་མིང་ཐོབ་ཅིང་། གོང་  
 ནས་གོང་དུ་བགྲོད་ཐུན་ཕྱིན། །དེ་དག་ཉིད་ནི་སར་འདོད་དོ། །ཞེས་བགྲོད་པར་  
 བུ་བའི་གནས་དོན་དམ་པ་ཡིན་པས་དོན་དམ་པའི་སར་ཡང་བཤད་དེ། ཚོགས་སྦྱོར་  
 ག་ཉིས་སུ་དེ་མོས་སྒྲོ་ཙམ་ལས་དངོས་སུ་མ་ཕྱིན་པས་མོས་པ་སྦྱོད་པའི་སར་བཤད་  
 དོ། །དེས་ན། དེ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ་དེ་ནི་ཐོབ་པར་གྱུར་བ་ཡིས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔལ་ཞེས་བྱའི་སྒྲ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟུན་དོ། །འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནམས་ཀྱི་  
 རིགས་སུ་འད་སྦྱིས་པ་སྟེ། །ཞེས་མཆམས་འདི་ནས་དོན་དམ་པའི་ས་ལ་གནས་  
 པ། དོན་དམ་པའི་རིགས་སུ་སྦྱིས་པ། དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་  
 འགྱུར་ལ། ཟེག་པ་འོག་མར་ཡང་འདི་ནས་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་དགེ་འདུན་དཀོན་  
 མཆོག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་ལྟ་ར་ག་ཏེ་ཞེས་པའི་ལྟ་ར་པ་ལྟོ་ཏུ་བཤད་པས་དོན་  
 དམ་པར་ཡང་བཤད་དགོས་ཏེ། དེ་ལ་ཡི་གེ་བསྒྲན་པས་ལྟ་ར་སྟེ་དོན་དམ་པ་  
 ལ་འདུག་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་སྒྲོར་ལམ་གྱི་སྐད་དོད་བྲ་ཡོ་ག་མཁ་ཞེས་པ་བྲ་ལྟ་  
 ར་བྱས་ཆེ་དོན་དམ་པ་ལ་སྒྲོར་བ་ཞེས་པའི་དོན་ཏུ་འགྱུར་བར་བཤད་དོ། །དེའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཡང་རྩ་རྟེན་དང་པ་ལྟོ་ཞེས་པ་དོན་གྱི་ཡུལ་དེ་ནས་རོ་བོས་བྱུང་བ་ཞེས་  
 མ་ཡིན་གྱི། སྒྲོས་པར་འདོགས་ཚུལ་ལེགས་ཉེས་ཡིན་ཏེ། བདེན་བྱུང་གྱི་མཚན་  
 མར་འདུ་ཤེས་པའི་དབང་དུ་གྱུར་ཏེ་དེ་ལས་འདའ་མ་རྩལ་པས་ཀྱན་རྫོབ་འཁྱལ་བའི་  
 སྤང་བར་འཕུན་པ་རྩ་རྟེན་དང་། མཚན་འདིན་གྱི་དམིགས་པའི་གདང་སོ་བཞིག་  
 སྟེ་དེ་ལས་བཟལ་ནས་དོན་དམ་མཚན་མ་མེད་པའི་ངང་དུ་སོན་པ་པ་ལྟོ་ཏུ་དོན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདུ་ཤེས་རྩ་རྟེན་ཡིན་ཞེས་འདེན་པས་ཡོངས་སུ་བསྒྲགས། །འདུ་  
 ཤེས་ནམ་པར་བཞིག་ནས་སྒྲོང་བ་པ་ལྟོ་ཏེ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འོ་ན་སོ་  
 སོ་སྦྱོ་བོ་ལ་འད་དོན་དམ་ཏེགས་པ་ཡོད། འཕགས་པ་ལ་འད་མཚན་མར་འདིན་

ཤེས་རབ་སྒྲིང་བོའི་སྒྲགས་ཀྱི་ནམ་བཤད་སྤྱོད་ཀྱི་ལུ་བཞུགས་བྱ་བ།

པ་ཡོད་པས་ཕན་ཚུན་འབྲས་པར་མི་འགྱུར་རམ་སྟུམ་ན། སྒྲིན་མེད་དེ། སོ་སྒྲིས་  
ལ་དེ་ཉིད་དོན་གསུམ་པ་ཡོད་ཀྱང་རོ་གཅིག་ཏུ་ཞུགས་པ་མེད་པས་རང་ལས་ཐ་དད་པའི་  
ཚུལ་དུ་འཆར་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་ཚུར་ཤར་བའི་སྤང་ཚུལ་མེད་  
པ་མི་སྲིད་པས་མཚན་མར་འདུ་ཤེས་པ་ལས་མ་འདས་སོ། །འཕགས་པས་དེ་ཉིད་  
གཟིགས་ཚུལ་རིག་བྱ་རིག་བྱེད་ཐ་དད་པའི་ནམ་པ་མེད་པར་ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་པ་བཞིན་  
དེའི་ངང་དུ་སོན་པས་གཉིས་སྟུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཚོས་སྒྲུ་རང་  
སྤང་དུ་མཐོང་བ་སོགས་སྟུ་བཤད་པ་ཡིན། དེར་བདེན་འདྲིན་ཡོད་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་  
སྟོབས་པོ་ཆེས་དག་པལ་བ་ཟེལ་གྱིས་མནན་པ་ལྟར་དེའི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་པས།  
བདེན་པ་མཐོང་ལ་འཕྲུལ་པ་མེད། ཅིས་སོགས་ཀྱི་རྩ་བའང་འདི་ལ་ཐུག་གོ དེས་  
ན་སྒྲིར་བཤད་གི་པ་རོལ་གྱི་དོན་མཚན་མར་འདུ་ཤེས་པའི་ཚུར་མཐོང་ལ་སྟོས་ནས་  
བཞག་པ་དེའི་དབང་དུ་བྱེད་དགོས་པས་འཕགས་པའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དེར་  
འཛིན་དགོས་ཀྱང་། གཙོ་བོའམ་མཐར་ཐུག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་རྒྱ་བདག་འདྲིན་  
བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་དང་། འབྲས་བུ་འཁོར་བ་སྤར་རགས་མ་ལུས་པར་སྤངས་  
པ། ལས་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲུ་ཁོ་ནས་བསྐྱར་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་འབའ་ཞིག་ལ་བྱེད་དགོས་  
ཏེ། བརྒྱད་སྟོང་དོན་བསྟུས་སྟུ། ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་གཉིས་མེད། །ཡེ་ཤེས་  
དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས། །བསྐྱུབ་བྱ་དོན་དེ་དང་ལྡན་ཕྱིར། །གཞུང་ལམ་དག་  
ལ་དེ་སྒྲུ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདིའི་དངོས་ཟིན་ལྟར་ན་སྟོབ་པའི་དེ་ནམས་  
བཏགས་པ་བ་ཙམ་དུ་འཛིན་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་། དགོངས་པ་བཙལ་ན་གཙོ་པལ་  
ལ་བཞེད་པར་སྤང་གི །མཚན་བཏགས་ཀྱི་དོན་དུ་མི་སྤང་རོ། །ཞེས་གསེར་  
ཐུང་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་ཡིན་པས་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པའི་དོན་དུ་དགོངས་པ་འབྲལ་  
དགོས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་པ་རོལ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་སོང་བས་མི་ཚོག་པར་མཐར་ཐུག་གི་

བྱང་ཚུལ་འབྲུག་པ་ལ། ད་དྲུང་བསྐྱལ་བ་དུ་མར་བཅོན་པ་བསྐྱེད་ནས་ལམ་གོང་  
དུ་བཞོད་དགོས་པས། སྤྱི་རྒྱུ་གཏེ་སྤྱི་པ་རོལ་དུ་སོངས་ཤིག་ཅེས་པས་རྗེས་ལ།  
སྤྱི་རྒྱུ་གཏེ་སྤྱི་པ་རོལ་དུ་ཡང་དག་པར་སོངས་ཤིག་ཅེས་བསྐྱེད་ནས་གསུངས་  
པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་དོན་དམ་པའི་ས་དང་ལམ་དུ་འཛོག་ལུགས་ཆོས་ཉིད་གཟིགས་  
ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་གྱི་ཆེ་གཉིས་སྤྱང་སྤྱོད་མེད་མེད་པར་ཚུ་  
ཚུ་ལ་བཞག་པ་བཞིན་རོག་ཅིག་དུ་ཞུགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཆོས་ཉིད་གཟིགས་ཚུལ་དེ་  
ལས་ལྷག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ཡང་མེད་པས་ཁྱད་པར་གང་གི་སྒྲོ་ནས་ས་གོང་  
མ་གོང་མར་འཛོག་སྤུས་ན། མདོ་སྤྱི་ས་བཅུ་བ་ལས། རི་ལྟར་བར་སྤྱང་བྲུ་རྗེས་  
མཁས་ནམས་ཀྱིས། །བརྗོད་པར་རྒྱས་མ་ཡིན་ཞིང་མི་མཐོང་བ། །དེ་ལྟར་རྒྱལ་  
བའི་སྤུས་ཀྱི་ས་ཀྱན་གྱང་། །བརྗོད་མི་རྒྱས་ན་མཉན་པར་ག་ལ་རྒྱས། །འོན་གྱང་  
བྱམས་དང་སྒྲིང་རྗེ་སྒྲོན་ལམ་གྱིས། །དེ་ལས་ཕྱོགས་ཙམ་རིམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
ནི། །བཤད་བྲུ་མེས་ཀྱི་སྒྲོན་ལུ་ནམས་ཀྱིས་མིན། །ཞེས་བྲུ་ནམ་མཁར་  
འཕྱར་བའི་ཆེ་དེའི་རྗེས་ནས་མཁའི་ངོས་ན་མི་འབྲུ་བའི་མཆོམས་སོ་སོར་འབྱེད་རྒྱ་  
མེད་གྱང་། ས་གཞི་ལ་མཆོན་ནས་རི་དང་། ཐང་དང་། རྒྱང་དང་། རྟགས་  
ཆལ་དང་། བྱོང་ཁྱེར་སོགས་འདི་དང་འདིའི་ཐད་ཅེས་སྒྲོན་ལུགས་ཡོད་པ་ལྟར།  
ཆོས་ཉིད་གཟིགས་ཚུལ་གྱི་རོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་འབྱེད་རྒྱ་མེད་གྱང་། བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་  
དང་སྒྲོན་ལམ་སོགས་ཐབས་ཀྱི་ཆས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྒྱས་པ་འཛོགས་  
ཚུལ་ཁྱད་ཡོད་པར་གསུངས་ཏེ། ཤར་རིའི་ཆེ་ནས་ཉི་མ་རྗེས་པར་ཤར་བ་དེ་  
དང་། དཀྱིལ་དུ་སྤྱེབས་པ་གཉིས་རོ་བོ་ལ་ཁྱེད་མེད་གྱང་ས་གཞི་ངོས་པའི་རྒྱས་  
པའི་ཁྱད་ཡོད་པ་དང་འབྲུ་བར་ཡང་དམ་པ་འགའ་ཞིག་གསུངས་སོ། །

རྒྱས་པ་རྗེ་ཆེར་ཐབས་ཀྱིས་སྒྲོ་ནས་སོང་ཚུལ་དེའི་མིང་ལ་རྒྱན་ལས་ཡོངས་སུ་སྒྲོང་



བ་ཞེས་བདགས་ཏེ། འདིར་ཕྱ་ར་མི་ག་ཏེ་ཞེས་པའི་སྤྱི་མི་ཤོད་བྱས་ན་ཡོངས་  
 ལུ་སྤྱང་བ་ལ་འདུག། སུལ་ན་བྱས་ཆེ་རྒྱན་དུ་ལ་འདུག་པས་ཡུན་བསྐྱངས་ནས་གོམས་  
 ཏེ་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་དགོས་པའི་དོན་དུ་འགྲོ་ལ། འདིར་ཡོངས་གཤགས་བཞེན་  
 ཡང་དག་པའི་སྤྱིང་ནས་བཤད་ན། ཡང་དག་ནི་དབུས་མཐར། གཞན་མིན་ཕྱིན་  
 ཅི་ལོག་མ་ཡིན། །ཞེས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་དོན་དུ་བཤད་པ་སྐབས་འདིར་སྒྲིང་  
 ཆེ་མཆན་མར་འདུ་ཤེས་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་བཞག་སྟེ། མཐོང་ལམ་གྱིས་དེ་ལས་  
 འདས་པ་ཙམ་ཡིན་གྱང་། དེས་མི་ཆོག་པར་དེ་ལས་ཤིན་དུ་འདའ་དགོས་པས། གོང་  
 དུ་སྒྲོམ་ལམ་འཆད་པའི་སྐབས། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་ཤིན་དུ་འདས་ནས་སྤྱང་ན་ལས་  
 འདས་པར་མཐར་ཕྱིན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་དང་སྒྲུར་ཏེ་གོ་དགོས་སོ། །དེའི་  
 ལུ་ཡང་སྤྱིང་ནི་དོན་གསལ་པའི་ཤེས་རབ་གཅིག་བྱ་གཙོ་པོར་བསྒྲོམས་ན་སྤྱང་འདས་  
 ཙམ་འཐོབ་རྒྱས་གྱང་། དེ་ནི་རྒྱད་ཟླ་མར། མེད་ཕྱིར་འཛིགས་དང་བཙས་པའི་  
 ཕྱིར། ཅིས་པ་ལྟར། ལྷ་རྩལ་འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་མེད་ཙམ་ལས་གཞན་  
 དོན་སྤུན་ཆོགས་མི་འགྲུབ་ཅིང་། རང་རྒྱད་ལྟན་དེའང་འཛིགས་པ་མ་ལུས་པ་ལས་  
 སྒྲོབ་མི་རྒྱས་པས་ཆད་པའི་སྤྱང་འདས་ཞེས་སྤྱང་འདས་ནི་ཆེ་བ་ཙམ་དུ་འགྱུར་གྱི།  
 སྤྱང་འདས་མཐར་ཕྱིན་པའམ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་སྤྱང་  
 འདས་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་ཆོ། རྒྱན་ལས། ལྷ་རྩལ་ལ་རྩལ་མཐོང་ལ་མིན། དེ་  
 དག་བར་ནའང་མི་གནས་པ། ཞེས་པ་ལྟར་ཤེས་རབ་དེས་ལྷ་རྩལ་འཁོར་བ་མཐོང་  
 བཀའ། དེ་དང་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ཐབས་ཀྱི་ཆས་སོ་སོའི་ཡོངས་སྒྲིང་གིས་བསྐྱུས་  
 པ་ནམས་ཀྱིས་ལ་རྩལ་ཞེ་མཐོང་བཀའ་སྟེ། མཐོང་དེ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་དབུས་  
 མི་གནས་པའི་སྤྱང་འདས་ཐོབ་པར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་དེ་དག་བར་ན་  
 མི་གནས་ཞེས་པ་མིན་ནམ་སྟུང་ན། མཐོང་གཉིས་ལ་མི་གནས་ལྷལ་ནི་ཐ་སྟེད་

དུ་ཡིན་པས། མཐའ་གཉིས་སྤངས་པ་སྒྲུབ་པའི་ཆེ་དེར་མི་གནས་པ་དོན་དམ་པའི་  
དབང་དུ་བྱས་པར་གོ་དགོས་ཀྱི་ཐ་སྣང་དུ་མིན། །གལ་ཏེ་ས་སོ་སོར་ཆོས་ཉིད་  
གཟིགས་ཚུལ་གྱི་ངོ་པོ་ལ་བྱད་མེད་ན། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། ཀུན་དུ་འགོ་དོན་  
མཆོག་གི་དོན། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དང་པོར་ཆོས་དབྱིངས་ཀུན་འགོ་འདི་དོན་དུ་  
རྟོགས་པ། གཉིས་པར་མཆོག་གི་དོན་དུ་རྟོགས་པ་སོགས་སུ་གསུངས་པ་ཅི་ཞེ་  
ན། དེ་ནི་མཉམ་བཞག་དུ་བདག་གཞན་མཐའ་དག་ཆོས་དབྱིངས་སུ་དབྱེར་མི་  
སྟེད་པར་རྟོགས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས། རྗེ་ཐོབ་དུ་རང་ལ་བདོག་པ་ཐམས་ཅད་གཞན་  
ལ་གཏོང་བར་འདོན་ཆགས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྒྲིན་པ་ལྷག་པ་དང་། མཉམ་བཞག་  
དུ་ཚུལ་བླིམས་དང་ཚུལ་འཆལ་གཉིས་ཀ་སྟོང་པར་རྟོགས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་རྗེས་  
ཐོབ་སྒྲུ་མའི་སྤང་བ་ཙམ་ལ་དེ་གཉིས་གར་མཆོག་དམན་དང་འདོར་ལེན་ཞིབ་མོར་  
བྱེད་དགོས་པར་བསྟོན་མེད་དུ་གཟིགས་ཏེ་ཚུལ་བླིམས་ལྷག་པ་སོགས་འབྱུང་བས།  
འདིའི་ཅ་བའང་ལས་དང་པོ་པའི་ས་ནས་བཟུང་སྟེ་སྒྲིན་སོགས་ཐབས་ཀྱི་ཆ་དང་ཤེས་  
རབ་གཉིས་ཀ་ཟུང་འབྲེལ་དུ་ཉམས་སུ་བྱངས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་གཅིག་གིས་གཅིག་  
ལ་རྟུས་པ་བཏོན་པ་ཡིན་ནོ། དེ་ནས་མི་སྟོབ་པའི་ལམ་སྟོན་པ་ལ། པོ་རྟེ་སྤྱ་  
དུ་ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། དེ་སྟོབ་དཔོན་ཕྱག་ན་དོ་རྗེའི་འབྲེལ་བ་མེད་ཀྱི་ལ་མཆོན་  
ཀྱིས་བསྒྲུར་བར། བྱང་ཚུབ་དུ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བསྒྲུར། གཞན་མང་པོར་བྱང་  
ཚུབ་དུ་སོངས་ཤིག་ཅེས་བཤད་པ་སྤྲ་མ་ནམས་ཀྱིས་བྱངས་ཏེ་མཐར་ཐུག་གི་བཟོད་  
ཡུལ་ཡིན་པ་ལ་བསམ་པར་སྤང་དོ། །འོན་ཀྱང་ལམ་དང་དེར་སོངས་ཤིག་ཅེས་  
པ་མ་འོངས་པ་ན་ཐོབ་རྒྱུའི་ལམ་དེའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་བྱང་ཚུབ་དུ་སོངས་ཤིག་  
ཅེས་པ་དགོས་ཀྱང་། འདིར་ད་ལྟར་རང་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་ལམ་དེ་དང་དེའི་སྟོན་ནས་  
སོངས་ཤིག་ཅེས་པ། དཔེར་ན་རྒྱ་པོར་གྲུ་གཟིངས་ལ་སོངས་ཞེས་པ་འཕ། བྱ་

ནམ་མཁའ་ལ་སོང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་དུས་མཉམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་  
ཡིན་པས། བྱང་ཚུབ་མི་སྒྲོབ་པའི་ལམ་དེའི་སྒྲོ་ནས་ཡར་བཟོད་ས་མེད་པས་སོངས་  
ཤིག་ཅེས་པ་མི་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་སོ་སྒྱུ་ལའང་པ་རོལ་དུ་སོངས་ཤིག་  
ཅེས་པ་སྒྱུར་ཆོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་སོང་བ་ཞེས་ལྟ་བུ་འཇལ། སོང་རོ་ཞེས་  
པ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་མ་སྒྱུར་བར་སོངས་ཤིག་ཅེས་བསྒྲུལ་ཆོག་གིས་གསུངས་པ་ནི་ཡོན་  
ཏན་གོང་མ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲུབ་པ་བཞིན་དང་སྒྲོར་བ་བཞིའི་སྒྲོ་ནས་ནན་  
ཏན་གྱིས་སྒྲུབ་དགོས་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་ཡིན་ནོ། །བྱང་ཚུབ་ནི་པཎ་ཆེན་གྱི་ལམ་  
སྒྲོན་འབྲེལ་པར། བྱང་ཚུབ་ཅེས་བྲ་སྒྲིབ་གཉིས་མ་ལུས་པར་བྱང་ཞིང་། ཇི་  
ལྟ་ཇི་སྒྲིང་གྱི་ཆོས་མ་ལུས་པ་ཚུབ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ལྟར་བྱང་ཚུབ་པའི་དོན་སོ་  
སོར་བྱེ་སྒྲེ་སྒྲངས་རྟོགས་གཉི་ག་ལ་སྒྱར་ཡང་རུང་མོད། གཙོ་བོ་ནི། ཇི་མ་  
ཟད་དང་མི་སྒྲིབ་པའི། །ཡི་ཤེས་བྱང་ཚུབ་ཅེས་བརྗོད་དེ། ཞེས་ཆགས་ཐོག་  
དམན་པའི་སྒྲིབ་པ་མ་ལུས་པ་ཟད་པར་སྒྲངས་པའི་མཐུས་ཆོས་ཐམས་ཅད་གཅིག་  
ཅར་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པ་གཞན་དོན་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་པ་འགྲུབ་པ་ལ་མེད་  
མི་རུང་གི་ཆེད་དུ་བྲ་བའི་གཙོ་བོ་ཡི་ཤེས་ལ་བྱེད་དགོས་ཏེ། ཉི་ཁྲིར། བཙམ་  
ལྟ་འདས། ཇི་ལྟར་ཁྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ལགས། བཙམ་  
ལྟ་འདས་ཀྱིས་བཀའ་བསྒྲུལ་བ། རབ་འཕྱོར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་  
ཇི་ལྟ་བར་ཁྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིང་དུ་གཞི་བདེན་གཉིས་ཇི་ལྟར་གནས་པ་བཞིན་དུ་གཟིགས་  
པ་མཐར་ཐུག་པའི་ཡི་ཤེས་ལ་བྱང་ཚུབ་དུ་གསུངས་སོ། །དེས་ན་དངོས་བསྟན་  
གཙོ་བོ་ནི་གོང་དུ་སྒྲོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒྲིང་ནས་ལམ་བཟོད་ཚུལ་རིམ་པར་གསུངས་  
པའི་ཕུ་ཡིན་པས། དེའི་རིགས་འདའི་རྒྱན་སྒྲིམ་ཐོག་ཆ་ནས་བྱེ་བའི་ཇི་ལྟ་བུ་རྟོགས་

པའི་ནམ་མཁུང་ལ་བྱེད་དགོས་ཀྱང་། སྒྲིར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཆོས་ཉིད་  
 ཀྱི་སེམས་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཀུན་ལ་རང་ལས་ལྷག་པར་གཅེས་པས་རང་ཉིད་ཀུན་  
 ཀྱི་ཆ་མར་གྱུར་པའི་སྒྲིང་བ་རྟོགས་པའི་ནམ་མཁུང་ཐབས་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་དང་།  
 སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་སྒྲོང་བ་ཆེན་པོ་དང་། རི་ལྗ་བ་གཟིགས་པའི་རྟོགས་  
 པ་ཆེན་པོ་སྒྲི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་ག་འདིར་ཆང་དགོས་ཏེ། གོང་དུ་ཆ་ན་  
 ཅིད་པ་ཞེས་པ་དང་། སྒྲིབ་པ་མེད་ཅིང་ཞེས་པ་དང་། ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་  
 བྱང་ཆུབ་ཅེས་པ་གསུམ་གྱིས་དེ་གསུམ་བསྐྱེད་པ་འདིར་བོ་རྗེ་ཞེས་པའི་སྐྱུགས་འདིས་  
 སྒྲུང་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱུགས་འདི་ལ་ཨོ་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་དཔེ་རྒྱན་གཉིས་  
 འབྱུང་ཡང་ཡོད་པ་དག་པར་བྱེད་དགོས་ཏེ། འདིའི་སྐྱུབ་ཐབས་སྒྲ་སྒྲུབ་གྱིས་མཛད་  
 པ་ལས། ཏཱ་ལྷ་དང་ཨོ་སྤེལ་ནས་ཞེས་གསུངས་ལ། སྤྱི་མདུ་རྟོན་ས་ཀྱང་། ཨོ་  
 དང་སྤྱི་ཏ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱེས་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་  
 སྒྲོལ། ཞེས་བཤད་དོ། བྱིན་གྱིས་ཚོབ་ཆུལ་རྒྱད་དེ་རྗེ་ཙེ་མོ་ལས། ཨོ་ནི་ཅི་  
 ཞིག་ཡིན་པར་བརྗོད། ཁཛོག་དང་ཁོར་སྒྲིར་དཔལ་དང་གཡང་། སྐལ་བཟང་  
 ནམ་པ་དང་ལྷན་དང་། དམ་བཅའ་བ་དང་བཀྲ་གིས་དོན། ཁོར་བྱ་འཛིན་པའི་  
 སྐྱུགས་ཡིན་ནོ། ཞེས་འཕྲལ་ཡུན་གྱི་ཕན་ཡོན་མང་དུ་འབྱུང་བར་གསུངས་སོ། །  
 བྱི་རོལ་རིག་བྱེད་པ་ནམས་ཨོ་ལ་དེ་འབྲའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་པར་འདོད་པ་ནི། ཀུན་  
 སྒྲོང་ལ་མ་སྒྲོས་པར་སྒྲུ་དེར་དེ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་འབྲའི་རྒྱས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་སྒྲུ་བ་  
 ཡིན་ལ། རྒྱད་འདིའི་དགོངས་པ་ནི་སྐྱུགས་དེའི་མཆོན་དོན་འདྲན་པའི་སྒྲོ་ནས་བརྗོད་  
 ན་ཕན་ཡོན་དེ་ལྟ་བུ་འབྱུང་བ་ཡིན། མཆོན་དོན་ནི་བཤད་རྒྱད་དེ་རྗེ་སྤང་བའི་སྐྱུགས་  
 ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཤད་པའི་ལུས་དབྱངས་ཀྱི་དང་བོ་དང་ལྷ་པ། པ་སྤེའི་ཐ་མ་གསུམ་  
 ཆོགས་པས་ཨོ་གྲུབ་ཅིང་། དེ་གསུམ་གྱིས་བྱུགས་གསུང་སྒྲ་དེ་རྗེ་གསུམ་མཆོན་

ཤེས་རབ་སྒྱུར་པོའི་སྐབས་ཀྱི་རྣམ་པའང་སྐབས་དོན་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ།

པར་གསུངས་ལ། སྐྱ་གསུང་ཐུགས་དོན་ཆེ་གསུམ་གྱི་དོན་དྲན་པའི་ཁོངས་སུ་མདོ་  
 རྒྱུད་མཐའ་དག་འདུ་བ་ཡིན་ནི། མདོ་ལུགས་ཀྱི་ཐབས་ཐམས་ཅད་སྐྱ་གསུང་གཉིས་  
 འབྲུབ་བྱེད་དང་། བེས་རབ་ཀྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་ཐུགས་འབྲུབ་བྱེད་ཡིན་ཞིང་། དེ་  
 གཉིས་སུ་མ་འདུས་པ་མེད། རྒྱུད་བྱ་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱི་ལམ་མཐའ་དག་བསམ་གཏན་  
 བཞིར་འདུ་བའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་བརྒྱས་བརྗོད་ཀྱི་ཡན་ལག་གསུམ་སྐྱ་འབྲུབ་  
 བྱེད་ཡིན་ལ། ཡན་ལག་མྱི་མ་དང་མ་གནས་ཀྱི་བསམ་གཏན། སྐྱ་གནས་ཀྱི་བསམ་  
 གཏན་ནམས་གསུང་འབྲུབ་བྱེད་ཡིན་པས་མཚན་བཅས་ཀྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་དེར་འདུས།  
 སྐྱ་མཐར་ཐར་པ་སྒྲེར་བའི་བསམ་གཏན་ནི་ཐུགས་འབྲུབ་བྱེད་ཡིན་ཞིང་མཚན་མེད་  
 ཀྱི་ལམ་ཀུན་དེར་འདུའོ། །འབྲས་བུའང་སྤྱོད་རྒྱུད་ལ་རིགས་གསུམ་འདུས་པའི་  
 ཡོངས་སྐྱ་ནམ་སྤང་གི་སྐྱབ་ཐབས་ཤིག་ཡོགས་སུ་བྱས་པ་མ་གཏོགས། རིགས་  
 གསུམ་དུ་བྱེད་པ་བྱ་སྤྱོད་གཉིས་འདྲ་ཞིང་། དེའང་དོན་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་དོན་ཆེ་གསུམ་  
 ཡིན་ནོ། །ནལ་འཕྱོར་རྒྱུད་དེ་ནི་དབུས་པའི་དུས་བཞིས་ལམ་འབྲས་ཐམས་  
 ཅད་ཐུག་ཀྱི་བཞིར་བསྐྱས་ཤིང་། ཐུག་ཆེན་སྐྱ། ཆོས་རྒྱ་གསུང་། དམ་རྒྱ་  
 ཐུགས་འབྲུབ་བྱེད་ཡིན་ལ། ལས་རྒྱ་ནི་དེ་གསུམ་གྱི་འཁྲིན་ལས་ཡིན་པས་དེ་གསུམ་  
 དུ་མ་འདུས་པའི་སྤྱོད་མེད་དོ། །ཟླ་མེད་ལ་སྐྱ་འབྲུབ་བྱེད་བསྐྱེད་རིམ། གསུང་  
 འབྲུབ་བྱེད་ཀུན་རྫོབ་སྐྱ་མའི་རྫོགས་རིམ། ཐུགས་འབྲུབ་བྱེད་དོན་དམ་འོད་གསལ་  
 གྱི་རྫོགས་རིམ་ཡིན་ལ་ཟུང་འབྲུག་ནི་དེ་ཆོགས་པའི་སྤང་ནས་འཛོག་དགོས་པས་  
 དོན་དེ་གསུམ་དུ་ཐམས་ཅད་ཆང་སྟེ། མདོར་ན་ཐོབ་བུའི་མཐར་ཐུག་སྐྱ་གསུམ་  
 དུ་དེས་པས་འབྲས་བུའི་གངས་དེས་ཀྱི་སྒོ་ནས་རྒྱའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གངས་དེས་  
 གྲང་འབྲུབ་སྟེ། འདིའི་ཁོངས་སུ་མ་འདུས་པ་ཅི་ཡང་མེད་པས་གསུང་རབ་ཐམས་  
 ཅད་ཡི་གེ་ན་གཅིག་དུ་འདུ་བ་ཞེས་དམ་པ་གོང་མ་ནམས་གསུང་བའང་འདི་འདྲ་ལ་

ཤེས་རབ་སྤྱིར་པོའི་སྒྲགས་ཀྱི་ནམ་པག་དང་སྤྱིར་དོན་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ།

དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ལས་གང་དུ་གཏོགས་སྟེ་ན།  
བེ་མ་ལ་མི་དུས་དབང་རྒྱལ་ལ་གསང་སྟེ་བསྟན་པས་གསང་སྒྲགས་སུ་བཏགས་པར་  
གསུངས། རྩོམ་དཔོན་ཕྱག་ན་རྟོ་རྩེའི་འབྲེལ་བར། དང་པོའི་ཨེ་ཤེ་མ་ཡ་ནས་  
བཟུང་འདུས་པ་མེད་དང་ཚུལ་འདྲ་བར་གསུངས་ལ། འདིའང་དེའི་གནད་བསྟུས་  
པའི་གསང་སྒྲགས་ནལ་མ་དང་། ལས་ཚོར་སྒྱུབ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲགས་ལས་འདི་ཉིད་  
ཟབ་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་སྤྱིར་པོའི་  
དོན་ཀྱི་གདམས་ངག་འདི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཐེག་པ་ཡིན་ནམ་སྒྲགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཡིན་  
ཞེས་ཐེ་ཚོས་ཟ་ན། སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་རྩོའི་སྤྱང་བ་ལ་ཐ་དད་དུ་སྤྱང་མོད་ཀྱི།  
ཟབ་མོའི་ཚོས་ཉིད་ལ་ཐ་དད་མེད་དེ། དེ་འདྲ་བས་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་  
པའི་སྒྲགས་འདི་ནི་གསང་སྒྲགས་ནམས་ཀྱི་སྤྱིར་པོ་ཡིན་ནོ། ཞེས་དང་། ཞི་  
བ་དང་། རྒྱས་པ་དང་། དབང་དང་། དྲག་པོའི་སྒྲགས་མ་ཡིན་ན། འོ་ན་གང་  
ཡིན་ཞེ་ན་སྒྲགས་འདིའི་དོན་རྟོགས་པ་ཙམ་གྱིས་སེམས་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ། །སྒྲགས་  
འདིའི་དང་པོའི་ཡི་གེ་བཞི་ལས་བྱུང་བ་དང་། བར་དུ་ཡི་གེ་བཞིའི་དོན་གསལ་  
བར་བསྟན་པ་དང་། ཐ་མ་སྒྲགས་ཀྱི་དོན་ནམ་པ་བཞི་ལ་བསྟུས་པས་མོ། ཞེས་  
གསུངས་ལ། རྩ་སྒྱུབ་ཀྱིས་འདིའི་སྒྱུབ་ཐབས་མཛད་པ་སྟེ་མེད་དང་འགྲོས་མཐུན་  
ཞིང་། ཀྱན་སྤྱིར་གིས་ནལ་འཕྲོར་རྒྱུད་དང་བསྟན་ནས་སྒྱུབ་ཐབས་མཛད་པས་  
གདུལ་བྱ་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ལྟོས་ཏེ་སྒྲགས་སུ་བྱས་ཚོགས་ཤོ། །དེའང་  
དཔེར་ན་སྟོན་གདུལ་པོ་རབ་སྤྱང་སྒྲིག་པའི་བྱ་ཡིན་པས་མར་གྱི་མིང་ཐོས་ནའང་  
མི་བཟོད་པར་ཁོང་ཁོ་སྟེ་ལ་གཉིད་མེད་པ་དེ་འཚོ་བྱེད་གཞོན་རྩས་མར་སྟན་དང་སྤྱར་  
ཏེ་བྱིན་ནས་གཉིད་བྱུང་བས། ཐབས་ཀྱིས་ཟར་འདུག་རུང་ཡང་མར་ཚོ་ཞེས་ཟེར་  
མི་རུང་བ་བཞིན། དོན་ལ་དགོངས་པའི་སྒྲགས་སྒྲགས་དང་བསྟེས་ནས་སྟོན་རུང་

ཡང་། དང་པོ་ནས་སྐབས་ལྟར་ཉམས་སུ་ཡོངས་ཞེས་ཆོག་གིས་སྟོན་མི་རུང་  
ངོ་། །མདོ་སྐབས་གཉིས་ལམ་སྟོལ་སོ་སོ་བ་ཡིན་པས་དོན་ལའང་བསྐྱེ་མི་རུང་  
སྟེ། དེ་གཉིས་གཅིག་དུ་བསྐྱེ་རུང་བར་མ་ཟད་དེས་པར་འབྲེས་དགོས་པ་ཡིན་  
ཏི། འབྲེལ་ཆེན་དེ་མཉམ་པའི་ལས། རྟོ་རྩེ་ཐོག་པ་སྟེ་སྐབས་ཀྱི་ཚུལ་དང་པོ་རོལ་  
དུ་སྦྱོར་པའི་ཚུལ་འབྲས་བུ་དང་རྒྱུ་ལྡན་གཉིད་གཅིག་དུ་འབྲེས་པར་གྱུར་པའོ། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་དེའི་ཆེད་དུ་བའི་གདུལ་བྱ་ལ་དང་པོ་ནས་སྐབས་  
ལུགས་སུ་བྱས་ནས་བསྟན་ན་སྟོན་པས་མདོ་སྐབས་སོ་སོར་གསུངས་པའི་དགོངས་  
པ་མ་ཐུང་བ་དང་སྐབས་འཆོལ་བའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་ཏི། རིམ་ལྡན་གསལ་སྟོན་ལས།  
ཤེས་རབ་སྒྲིབ་པའི་འབྲེལ་པར་བྱས་པ་ཅན་སྟོན་པར་བཤད་པ་དང་རྒྱུད་སྟེ་འོག་མའི་  
སྐབས་འགའ་ཞིག་དུ་གོང་མའི་ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྟན་ལུགས་འགའ་ཞིག་གིས་  
བཤད་པ་ནི་མདོ་སྐབས་དང་རྒྱུད་སྟེ་གོང་འོག་གི་ལམ་གྱི་བྱུང་པར་ལེགས་པོ་མི་  
ཤེས་པའི་རང་བཟོ་མཁན་གྱིས་བྱས་པ་ཡིན་པས་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་ངོ། ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། དེས་ན་འབྲས་བུ་སྐབས་ལམ་གྱིས་ཐོབ་བྱའི་མཐར་ཐུག་པ་དེ་རྩུབ་ཅིང་  
བསྟན་ཀྱང་། མདོའི་ཆེད་དུ་བའི་གདུལ་བྱ་དང་པོར་དེ་མདོ་ལུགས་ཀྱི་ལམ་རྒྱུང་  
བས་ཐོབ་ཐུབ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བསྟན་ཅིང་ཉམས་སུ་བྱངས་ཏི་བྱན་མོང་ལམ་  
རྒྱུང་གི་རྟོགས་པ་སྦྱིས་ཟིན་པ་ན་གཟོད་འདི་ལ་སྐབས་ཀྱི་སྟོན་པ་ཞིག་མ་བཟོབ་པར་  
འབྲས་བུ་དེ་ཐོབ་མི་རྣམས་ཞེས་སྐབས་ལམ་སྟོན་པ་མ་གཏོགས། སྟོན་པ་འདེབས་  
རྒྱུ་ལྡན་ཐབས་མཁས་ཀྱི་ལམ་དེ་དང་པོ་ནས་མཉམ་དུ་སྟོན་པ་མིན་པས་ཐོག་པ་སོ་སོ་  
བར་འགོ་བའི་ཕྱིར་ཏི། རིམ་ལྡན་གསལ་སྟོན་ལས། སར་སྦྱོར་གྱི་ཐོག་པར་འབྲས་  
བུ་བྱང་རྒྱུ་བྱི་བའི་ཐབས་རྒྱ་ལམ་གྱི་སྟན་སྦྱིས་ཀྱི་བའི་བ་ཆེན་པོ་མ་བསྟན་པས།  
འབྲས་བུ་འི་སྐབས་སུ་བའི་བ་ཆེན་པོ་བཤད་དུ་རྒྱག་ཀྱང་ཐོག་པ་གཉིས་བྱུང་པར་ཆེ་

པར་གསུངས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྒྲིང་། གསུང་འདིའི་དངོས་ཤུགས་ཀྱི་  
ཆོག་དོན་ལ་ཆ་འབྲེད་ཚུལ་ཞིབ་ཆ་གཉིས་དགོས་ཏེ། རྩལ་གཅིག་སྒྲིང་ན་རྩལ་  
སྒྲིང་སངས་རྒྱས་ནམས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བཞེད་པ་འདྲུག་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ་  
དེ་ལས་ལྟག་པའི་འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་སྐྱགས་ལ་འང་བསྐྱན་ནས་བཤད་རྒྱ་མེད་པས་  
དེར་མཐར་ཐུག་གི་བཤད་པ་འདྲུག་པར་སྒྲོན་གསལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྐྱགས་  
ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གནད་དོན་རེ་རེ་ཙམ་བསྐྱན་ཡང་། དེ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་  
དང་བཅས་ཏེ་མ་གསུངས་པས་སྐྱགས་ཀྱི་ཐེག་པར་མི་འགྱུར་བ་དང་། ཡང་སེམས་  
ཙམ་པའི་ལུགས་ལ་སྲིད་པ་འཕོ་བའི་མདོ་ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་ཡིན་ཀྱང་དེའི་ནང་གི།  
མིང་ནི་གང་དང་གང་གིས་སུ། །ཞེས་པའི་ཆོགས་བཅད་དེ་ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་  
ཡིན་མི་དགོས་པ་བཞིན། ཤར་སྒྲིང་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཐེག་པ་ཡིན་ཀྱང་ནང་གི་སྐྱགས་  
འདི་སྐྱགས་དངོས་གནས་པ་ཡིན་པ་མི་འགལ་སའི་ཆོག་ལ་ཆ་འབྲེད་ཚུལ་གཅིག་  
ཀྱང་ཤུགས་ལ་བསྐྱན་པ་ཡིན་ནོ། །སྒྲིར་མདོ་ཐམས་ཅད་སྐྱགས་ལ་གཞོལ་བ་ཡིན་  
མོད་ཀྱང་། དེའི་ནང་ནས་ཤར་མདོ་ནི་ནང་དུ་འདི་ལྟར་སྐྱགས་བསྐྱེས་ནས་འབྱུང་  
ཚུལ་དང་། མདོ་གཞན་ལ་མི་འདྲ་བའི་སྐྱེས་དོན་བཤད་པ་འོང་ཚུལ་དང་། མཚན་  
ལ་འང་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ཞེས་ངེས་དོན་གྱི་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོར་འཁྲིད་པར་པའི་ནམ་པ་  
སོགས་སྒྲོ་དུ་མ་ནས་མདོ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་སྐྱགས་ལ་ཉེ་བར་གཞོལ་ཚུལ་  
ཞིག་ཡོད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་འདིའི་སྐྱབ་ཐབས་ནམས་ཀྱང་སྐྱགས་ལ་  
འདྲུག་རན་གྱི་གདུལ་བྱ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དེའི་དབང་དུ་བྱས་པས་དེ་ལ་སྒྲོས་ཏེ་  
སྐྱགས་ཡིན་ཀྱང་སྒྲིར་སྐྱགས་ཡིན་མི་དགོས་སོ། །ཐུན་མོང་བའི་དབང་དུ་བྱས་  
ཆེ་བེ་མ་ལ་དང་རྫོ་པོའི་གསུང་བཞིན་གསང་སྟེ་བསྐྱན་པ་ལ་སྐྱགས་སུ་བཏགས་པར་  
བྱེད་ཚུལ་ནི། སྒྲིར་ཤུགས་བསྐྱན་དང་སྐྱེས་དོན་མི་འདྲ་སྟེ། ཤུགས་བསྐྱན་ནི་



གཞུང་གང་ལའང་ཡོད་ཅིང་དངོས་བསྟན་གྱི་དོན་ལ་དབྱེད་པའི་རིགས་པའི་སྟོབས་  
གིས་རྟོགས་ནུས་པ་ཞིག་ཡིན། སྐུས་དོན་ནི་སྐྱེ་མའི་མཛང་ག་གིས་མ་བསྟན་པར་  
རང་དབང་དུ་དབྱེད་པས་རྟོགས་མི་ནུས་པ་ཞིག་ཡིན། མདོ་སྡེ་གཞན་ལ་སྐུས་དོན་  
གྱི་ཐ་སྟེད་མེད་པར་ཤེར་མདོ་ལ་འབྱུང་བ་དེ་སྐྱེ་མེད་གྱི་རྒྱུད་མཐར་ཐུག་པ་ན་མས་དང་  
ཁད་ཉི་བའི་རྟགས་ཡིན་ཏེ། དངོས་སུ་ཡུལ་སྟོང་ཉིད་གསུང་བ་དེའི་སྐུས་དོན་  
ལ་ལམ་ཞིག་སྟོན་ཚུལ་ཡོད་ཆེ་མཐོང་ལམ་གྱི་ཡི་ཤེས་དང་མཐར་ཐུག་གི་སྒྲིམ་གས་  
ཀྱང་སྟོན་ཚུལ་ཡོད་དགོས་པས་ཚུལ་བཞིའི་དོན་ཆང་བར་འབྱུང་ངོ་། །དེས་ན་  
སྐྱེལ་འདི་ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོའི་སྐུས་དོན་མདོན་རྟོགས་གྱི་རིམ་པ་སྟོན་བྱེད་ཡིན་  
པས་སྐྱེལ་སྐྱེ་གསུངས་ཏེ། གཞུང་རིམ་པོས་སྟོང་ཉིད་གཙོ་བོར་བསྟན་ནས་  
དེ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་རྩི་ལྟར་ཡིན་སྟུང་བ་ལ། གཞུང་དོན་ལམ་གྱི་རིམ་པར་  
བསྒྲིགས་ཏེ་གདུལ་བྱ་དབང་པོ་ཤིན་དུ་རྩོམ་མགོ་སྟོས་པ་ཅམ་གྱིས་གོ་བ་ན་མས་  
ལ་འདིས་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཤེར་བྱིན་གྱི་མདོའི་དངོས་བསྟན་སྟོང་ཉིད་གྱི་  
རིམ་པ་དང་སྐུས་དོན་མདོན་རྟོགས་གྱི་རིམ་པ་ཞེས་རྒྱུད་ལྟར་བྲགས་ཀྱང་མདོ་ན་མས་  
རྒྱ་ཆེ་བས་གཞུང་ཞིག་ལམ་ཆེར་ལ་མི་དེས་ཤིང་། ཤེར་སྒྲིང་ནི་ཀུན་གྱི་སྟོ་ལ་ཡོད་  
པས་འདིའི་སྟོང་ནས་དངོས་བསྟན་སྐུས་དོན་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་གོ་སྐྱེ་བར་བཤད་ན།  
རྒྱན་ལས་སྐབས་གོང་འོག་དུ་ལམ་ལྔ་ཆེན་ཡང་ཡང་གསུངས་པ་དེ་ལམ་རྒྱུད་པའི་  
ལུགས་སུ་འདོད་པ་ན་མས་སྐབས་ཕྱི་མ་དག་གི་སྟོར་མཐོང་སོགས་བདགས་པ་ཅམ་  
དུ་འདོད་ཀྱང་། ལམ་ཐུག་པའི་ལུགས་གྱི་སྟོམ་ཚུལ་དང་དགོས་པ་མི་འདྲ་བ་སོ་  
སོར་ཡོད་པས་སྟོར་མཐོང་སྟོམ་ལམ་སོགས་དངོས་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །དེ་ལྟར་  
ན་རྒྱན་དང་སྟོར་རྒྱུའི་མདོ་རྒྱས་འབྲིང་བརྒྱད་སྟོང་སྟེད་པ་སོགས་ཀྱང་ལམ་ལྔ་ཆེན་  
དུ་མ་བསྐྱར་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། ཤེར་སྒྲིང་འདིར་ཆོག་ཉུང་བས་སྐུས་དོན་

མདོན་རྟོགས་ལམ་ལྟ་ཆོན་གཅིག་ལས་མ་གསུངས་མོ། ཉེའང་མདོའི་མཆོམས་  
འབྲེད་ཚུལ་མདྲ་རྟོགས་གཞན་དུ་བཤད་ཀྱང་། རོ་བོའི་དགོངས་པ་ནི་མེད་བཞེས་  
གཉིན་དང་མཐུན་པས་དེའི་ལུགས་བཞིན་བཤད་ན། སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་ལྷ་  
རིའི་བྱ་ལ། རིགས་ཀྱི་བྱ་འཕ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་ལ་ལས་ཞེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་  
དུ་སྦྱིན་པ་ཟབ་མའི་སྦྱོད་པ་སྦྱད་པར་འདོད་པ་དེས་འདི་ལྟར་ནམ་པར་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ།  
ཞེས་པ་འདིས་ཆོགས་སྦྱོར་གཉིས་བསྐྱན་པ་ཡིན་ལ། འདིའི་ནང་ནས་ཀྱང་སྦྱོད་  
པ་སྦྱད་པར་འདོད་པ་ཞེས་པ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་ཐེག་པ་ཆེ་པོའི་རིགས་ལ་གནས་པའི་གང་  
ཟག་དེ་སྒྲིང་རྗེའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་ནས་མེམས་བསྐྱེད་ཅིང་དེས་ཟིན་པའི་ཆོགས་  
གཉིས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་རྒྱ་ཆེན་པ་ལ་གཙོ་པོར་སྟོབ་པའི་ཆོགས་ལམ་གཙོ་པོ་དང་སྦྱོར་  
ལམ་ཞར་བྱུང་ལྟ་བུར་བསྟན། འདི་ལྟར་ནམ་པར་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ་ཞེས་པས་ཆོས་  
ཆོས་ཉིད་ལ་གསལ་སྤང་ཐོབ་པ་མཐོང་ལམ་དང་ཆ་འདྲ་བར་དོན་སྦྱིའི་གསལ་སྤང་  
གི་སྒོ་ནས་བལྟ་བའི་སྦྱོར་ལམ་གཙོ་པོ་དང་། དེའི་དོན་ཐོས་བསམ་གྱིས་ངེས་པ་  
ཙམ་སྟེད་པའི་ཆོགས་ལམ་ཞར་བྱུང་དུ་བསྟན། ལྷང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་ལ། ཞེས་  
པ་ནས། མ་ཐོབ་པའང་མེད་དོ། ཞེས་པའི་བར་གྱིས་མཐོང་ལམ་བསྐྱན་ཏེ། དེའི་  
ཆེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟེང་གི་བདེན་འདིན་ཀྱན་བདགས་སྟོང་དགོས་པས་ཆོས་དབྱིངས་  
ཀྱན་འབྲེའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་ཞེས་ཞེས་བྱ་མཐའ་དག་གི་སྟེང་གི་སྟོང་ཉིད་མདོན་  
སྤུལ་དུ་རྟོགས་དགོས། སྟོམ་ལམ་གྱི་སྐབས་དེས་རྟོགས་ཟིན་དེ་ཉིད་གོམས་པར་  
བྱེད་པ་མ་གཏོགས་སྤུལ་རྟོགས་པའི་ཆོས་ཉིད་གསར་དུ་རྟོགས་རྒྱ་མེད་པས་དམིགས་  
པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་ནས་མཐོང་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་ཅིང་། སྟོམ་ལམ་ལ་  
ཡུལ་གྱི་ཆ་ནས་དམིགས་པ་རྒྱར་བ་མ་གསུངས་མོ། །མཐོང་ལམ་གྱི་དམིགས་  
པར་སྟོན་ཚུལ་ཡང་ལྷང་པོ་ལྷ་ལ་རྒྱས་ཙམ་དང་། སྦྱི་མཆོད་བརྩམས་ཀྱིས་རྟོགས་

ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོའི་སྒྲགས་ཀྱི་ནམ་པག་སྒྲས་དོན་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ།

ཙམ། ཁམས་བཙེ་བརྒྱད་དང་རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་ཐོག་མཐའ་རེ་ཙམ་སྒྲོས་སོ། །  
དམིགས་པ་དེ་དག་གི་སྒྲིང་དུ་སྒྲོར་སྒྱུའི་ནམ་པ་ནི་ཟབ་མོ་ནམ་པ་བརྒྱད་གསུངས་  
ལ། དེ་བསྐྱུས་ན་ནམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ་དུ་འདུ་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་དོ་  
པོ་བདེན་པས་སྒྲོང་བ་དང་། རང་འདོག་བྱེད་བྱམ་མོང་དང་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
མཚན་ཉིད་མེད་པ་གཉིས་ནི་ནམ་པར་ཐར་པའི་སྒྲོ་སྒྲོང་བ་ཉིད། འཁོར་བའི་ཆོས་  
ནམས་འདུས་བྱས་ཀྱི་རབ་དུ་སྟེ་བ་ཡིན་ཀྱང་། དོན་དམ་པར་རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་  
སོགས་མ་སྒྲིས་ཤིང་མ་འགག་པ་དང་། ནམ་བྱང་དོན་དུ་གཉིར་དགོས་ཀྱང་དོན་  
དམ་པར་དྲི་མ་མེས་པ་ལྷགས་པ་མེད་པས་དྲི་མ་མེད་ཅིང་། རང་བཞིན་གྱིས་  
སྒྱུ་རན་ལས་འདས་པ་ལ་གཞེད་དྲི་མ་དང་བྲལ་བར་བྱར་མེད་པས་དྲི་མ་དང་བྲལ་བ་  
མེད་པ་སྟེ་བཞི་ནི་ནམ་པར་ཐར་པའི་སྒྲོ་མཚན་ཉིད་མེད་པ་དང་། དེ་ལྟར་ན་དོན་  
དམ་པར་སྒྲོན་བྱི་ཞིང་ཟད་པ་དང་། ཡོན་ཏན་གང་ཞིང་རྒྱས་པར་སྒྲོན་དུ་མེད་པས་  
ནམ་པར་ཐར་པའི་སྒྲོ་སྒྲོན་པ་མེད་པ་ཡིན་ལ། ནམ་ཐར་བྱི་མ་གཉིས་ཀྱང་དང་པོར་  
འདུ་བས་ཞི་སྒྲོ་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། །ནམ་པ་དེ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཕུང་ཁམས་སྟེ་  
མཆེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིང་དུ་སྒྲོང་ཉིད་བསྒྲོམ་པའི་ལམ་བདེན་གྱིས་སྐྱག་ཀྱན་ཟད་  
པར་སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་ཐོབ་པར་བྱེད་དགོས་ཀྱང་། སྐྱ་མའི་མིང་གིས་སྐྱ་  
མའི་སྒྲིང་པོ་བསད་པ་བཞིན་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་དོན་དམ་པར་མདོན་དུ་བྱེད་པའི་  
ཐབས་ཀྱི་ཡི་ཤེས་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འགོག་པ་ཐོབ་པ་གང་ཡང་མེད་པས་སྤང་  
སྒྲོང་རྒྱང་འདུག་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་ནི། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱག་བསྐྱེལ་བ་དང་།  
ཞེས་པ་ན། མ་ཐོབ་པའང་མེད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། རྒྱ་དཔེ་འགའ་  
ཞིག་དུ་ཡི་ཤེས་མེད་ཅེས་པའི་འཕྲོར། ཡི་ཤེས་པ་མེད་ཅེས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་བཤད་  
ཀྱང་དོན་ལ་བཏག་ན་མི་དགོས་སམ་སྟུམ། སྒྲོམ་ལམ་ནི། དེ་ལྟར་བས་ན་བྱང་

རྒྱལ་མིམས་དཔའ་ནམས་ཐོབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ནས། མཐར་ཕྱིར་རྟོ།།  
ཞེས་པའི་པར་གྱིས་བརྟན་རྟེ། མཐོང་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་རྟོགས་པའི་ཆོས་ཉིད་  
ཀྱི་དོན་དེ་ས་མོ་མོའི་ཡོངས་སྤོང་དང་འབྲེལ་བར་ཡུན་དུ་བརྟན་ཅིང་གནས་ཏེ་གོང་  
ནས་གོང་དུ་རིམ་གྱིས་བཟོད་ཅིང་སྒོམ་སྤང་ཉོན་མོངས་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཕྱ་  
རགས་སོགས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྤང་བྱའི་རིགས་ལས་རིམ་བ་རིམ་པར་ཤིན་དུ་འདས་  
ཏེ་མྱང་འདས་སུ་བཟོད་པར་གསུངས་ལ། མཐར་ཐུག་གི་སྤོང་བ་ཆེན་པོ་སྐབས་  
འདིར་གསུངས་པ་ནི་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་དངོས་གཉིན་སྒོམ་ལམ་ཡིན་པས་སྤང་གཉིན་  
སྤྱར་ནས་བརྟན་པ་ལ་སྐབས་འཆོལ་བའི་སྦྱོན་མེད་དོ། །ས་མོ་མོར་ཀུན་མོངས་  
ཉིར་གཉིས་དང་གནས་ངན་ལེན་བཅུ་གཅིག་སྤོང་རྒྱལ་དབུ་མའི་མཐའ་དཔྱོད་དུ་  
གསུངས་པ་དམ་པ་འགའ་ཞིག་མི་བཞེད་ཀྱང་། ཇི་མེད་བཤེས་གཉིན་གྱིས་སྐབས་  
འདིར་གསུངས་ལ་རྫོ་པོས་ཀྱང་དེ་སོར་བཞག་དུ་མཛད་སྤང་དོ། །ཁྱད་པར་གྱི་  
ལམ་དོན་རྩ་བུ་མི་སྒོམ་པའི་ལམ་དང་བཅས་པ་ནི། ཏུས་གསུམ་དུ་ནམ་པར་བཞུགས་  
པའི། ཞེས་པ་ནས། སངས་རྒྱས་སོ། ཞེས་པས་བརྟན་རྟེ། སྤྲ་མའི་སངས་  
རྒྱས་ནི། ས་དགུ་འདས་ནས་ཡེ་ཤེས་ནི། གང་གི་སངས་རྒྱས་སར་གནས་པ།།  
ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལ། རྒྱན་མཐའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་དང་སེམས་ཆེན་  
པོ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་རྒྱར་ཡུར་པས་སྐབས་འདིར་བརྟན་པ་ཡིན། ཆེན་པོ་གསུམ་  
གྱི་མི་སྒོམ་པའི་ལམ་ནི་གོང་དུ་འང་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །ལམ་ལྔ་མདོ་དང་  
སྦྱོར་རྒྱལ་འདི་རྫོ་པོའི་འབྲེལ་བར་མཐུན་ཀྱང་ཇི་མེད་བཤེས་གཉིན་གྱིས་འདི་ལྟར་  
མ་བཤད་སྟམ་ན། ཞིབ་དུ་མ་བརྟགས་པ་ཡིན་རྟེ། དེས་མདོའི་མཚམས་འབྱེད་  
ལུགས་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་དམིགས་པ་བཞི་དང་སྤྱར་བ་དེས་ལམ་ལྔ་གོ་དགོས་པའི་  
ཕྱིར་རྟེ། ཆོགས་ལམ་སྐབས་ཆོས་ཉིད་ལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་དཔྱད་པ་གཙོ་པོར་

ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོའི་སྒྲགས་ཀྱི་ནམ་བཤད་སྤྱོད་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ།

ཡུར་པས་ནམ་རྟོག་དང་བཅས་པའི་གཟུགས་བརྒྱན། སྒྲོར་ལམ་སྤྲེའམ་སྒྲོམ་བྱུང་  
ཐོབ་ཀྱང་མཐོང་ལམ་ལྟ་བུའི་སོ་སོར་རྟོགས་པ་མ་ཐོབ་པས། དེར་སྒྲོས་ན་ཞི་གནས་  
གཙོ་བོར་ཡུར་པས་ནམ་རྟོག་མེད་པའི་གཟུགས་བརྒྱན་ཏེ་དེ་གཉིས་ཀ་དོན་སྤྱི་ལ་  
བརྟན་པས་གཟུང་བརྒྱན་ཞེས་བཤད། མཐོང་ལམ་སྤྲེའམ་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་མཐོང་  
དག་གི་ཆོས་ཉིད་མཛོད་སྤུམ་དུ་རྟོགས་པས་དངོས་པོའི་མཐོང་ཞེས་བཤད། སྒྲོམ་  
ལམ་ནི། སྒྲོམ་པའི་ལམ་ནི་ནམ་གཉིས་ཏེ། མཐོང་བ་ཞེས་བྱ་བླག་པ་མེད། ཅིས་  
པ་སྒྲོ་རི་བཞིན་དུ་མི་འདོད་ཀྱང་མཛོད་ཆེན་རིགས་ཡིན་པས་ཕྱོགས་ཅིམ་སྤྱི་སྒྲིང་  
ལ་གྲགས་ཆེ་བས་དཔེགས་པར་ཡང་གཟུགས་བརྒྱན་གཉིས་དང་དངོས་པོའི་མཐོང་  
གསུམ་ཆར་འབྱུང་གི་ཟུར་དུ་བསྐྱེད་མི་དགོས་སོ། །འོན་ཀྱང་གོ་མས་པ་རྗེ་ཆེར་  
སོང་བ་བཞིན་གྱི་སྤངས་རྟོགས་ཤོང་ནས་ཤོང་དུ་བསྐྱོད་པའི་དགོས་པ་ཆེན་པོ་འབྱུབ་  
རྒྱུ་ཡོད་པས་ལག་རྩེས་ཀྱི་ཆ་ནས་དགོས་པ་ཡོངས་བྱུབ་ཀྱི་དཔེགས་པར་བཤད་པ་  
དེ་དག་གིས་ལམ་ལྷར་སྒྲོར་རྒྱལ་གོ་དགོས་སོ། །དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་མདོའི་དོན་ཐམས་  
ཅད་སྒྲགས་འདིས་བསྟུས་པ་ཡིན་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཟབ་མོ་སྤང་བའི་རྒྱུ་  
རེ་འདྲིན་ལ་ཞུགས་པ་དང་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱང་སྒྲོང་བ་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་  
སྟེ་གསུང་རྒྱལ་གྱིས་སངས་རྒྱས་ནས་བཟུང་བཤེས་གཉིན་བར་མ་ཆད་པ་ལས་བརྒྱད་  
ཅིང་། ནང་གི་དོན་རྟོགས་ཤེས་རབ་དང་ལྷན་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོན་དགོས་རྒྱལ་གྱི་མན་  
རག་སྐྱོང་གཞིས་བསྟུས་པ་ནམས་ཏཱ་ལྷ་སྤྱོད་ཞེས་པས་བསྟན། སྤྱི་གསུང་བྱགས་  
གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཨོ་ཨོ་གྱི་དོན་མཐར་ཐུག་པ་སྐྱོང་གཞིའི་ཁོངས་ན་གནས་པ་  
དེ་ཉིད་ཨོ་ཞེས་པས་བསྟན། སྤྱི་རིའི་བྱ་རིགས་ཀྱི་བྱའམ། ནས། ནམ་པར་  
བལྟ་བར་བྱ་ཞེས་པའི་སྤྱོད་དོན་གྱི་ཆོགས་སྒྲོར་གཉི་ག་ག་ཏེ་ག་ཏེ་ཞེས་པས་བསྟན།  
སྤང་པོ་ལྟ་པོ། ཞེས་པ་ནས། མ་ཐོབ་པའང་མེད་ཅེས་པའི་སྤྱོད་དོན་གྱི་མཐོང་

ལམ་ཕྱ་ར་ག་ཏེ་ཞེས་པ་བརྟན། དེ་ལྟ་བུས་ན་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྒྲས་དོན་སྒྲོམ་ལམ་  
 ཕྱ་ར་མི་ག་ཏེ་ཞེས་པས་བརྟན། ཏུས་གསུམ་དུ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་མི་སྒྲོབ་ལམ་པོ་  
 རྟེ་ཞེས་པས་བརྟན་ཏོ། །སྤྱ་དུ་ནི་གཞི་ཚུགས་ཞེས་བརྟན་པར་བྱེད་པའི་དོན་ཏེ།  
 ལམ་ཕྱའི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཐོག་མའི་ཨོ་གྱི་མཚོན་དོན་དེ་སྤྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 ལ་ཐུན་མོང་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། སྒོང་པར་གནས་དང་སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་  
 མི་གཏོང་དང་། ཞེས་པ་ལྟར་སྒོང་པ་ཉིད་སྒྲིང་པོ་ཅན་གྱི་གཞི་ཚུགས་པར་བྱེད་  
 པ་དང་། རྒྱུད་སྡེ་འོག་མར་སྒྱར་ཆེ་ཟབ་པ་སྒོང་ཉིད་དང་གསལ་བ་ལྟའི་ལམ་ར་  
 ཡོ་རྒྱང་འདུག་གི་གཞི་ཚུགས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཟུ་མེད་ལྟར་ན་ལྟན་སྒྲིམ་གྱི་བདེ་  
 ཆེན་དང་སྒོང་པ་དབྱེད་མི་བྱེད་པའི་གཞི་ཚུགས་པར་བྱེད་དགོས་སོ། །སྒྲགས་  
 འདི་ལ་ཞེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་སྒྲགས། རིག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲགས་ཞེས་  
 སོགས་གསུངས་པ་ནི་ཁ་ཅིག་ལམ་ཕྱ་མོ་མོ་ལ་སྒྱུར། ལ་ལ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་དང་ནམ་  
 ཐར་སྒོ་གསུམ་ལ་སྒྱར་ཡང་། དོན་དམ་པ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། མ་རིག་པ་  
 སྒོང་བ་དང་། གཟིགས་ཚུལ་དེ་ལས་གོང་ན་མེད་པ་དང་། མི་མཉམ་པ་སངས་  
 རྒྱས་སམ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱག་བསྐལ་མ་ལུས་པ་ལས་  
 སྒྲོབ་པ་སོགས་དོན་གཅིག་ཕྱ་ལ་སྒོ་དུ་མ་ནས་བསྒྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞུང་འདིར་  
 མདོའི་དོན་ཐམས་ཅད་བསྒྲུས་པ་ཡིན་པས་གོང་འོག་བསྒྲེམས་ན་རྒྱན་གྱི་བརྟན་བྱའི་  
 དངོས་པོ་བརྒྱད་དོན་བདུན་ཅུ་པོ་ཐམས་ཅད་ཆང་དགོས་ཀྱང་ལམ་ཆ་ཆང་བ་ཆར་གཅིག་  
 ལས་མ་གསུངས་པས་རྒྱན་དང་རི་བཞིན་སྒྱར་དུ་མེད་ལ། འོན་ཀྱང་མདོ་རྒྱན་སྒྲུར་  
 ཚུལ་ལ་དབྱེད་པ་འདུག་པའི་སྒོ་ཅམ་ཞིག་དཔེར་མཚོན་ན། སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་  
 གདམས་ངག་དང་། །ངེས་འབྱེད་ཡན་ལག་ནམ་བཞི་དང་། །སྒྱུབ་པ་ཡི་ནི་རྟེན་  
 བྱར་པ། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། །དམིགས་པ་དག་དང་ཆེད་དང་

ནི། །གོ་ཆ་འདུག་པའི་བྲ་བ་དང་། །ཚོགས་ནི་ངེས་པར་འབྱུང་བཅས་ནཱ་ས།།  
 ཐུབ་པའི་ནཱ་གྲུན་མཁྱེན་པ་ནིད། །ཅེས་ནཱ་མཁྱེན་མཚོན་ཁྱེད་གྱི་ཚོས་བཅུ་གསུངས་  
 པའི་དང་པོ་མེས་ས་བསྐྱེད་པ་བྱང་ཚུབ་འདོད་པའི་མིང་གིས་བཏགས་པ་དེ། ཟབ་  
 མོའི་སྐྱེད་པ་སྐྱོད་པར་འདོད་པ་ཞེས་པས་བསྟན། །གདམས་ངག་ནི་ཤུ་རིའི་བྱས་  
 གྱུས་པ་དང་བཅས་སྐྱེད་རས་གཟིགས་ལ་ཟབ་མོའི་གདམས་པ་དྲི་ལན་བྱས་པས་བསྟན།  
 རེས་འབྱེད་ཡན་ལག་སྐྱུར་ལམ་ནི་ནཱ་པར་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ་ཞེས་པས་བསྟན། །སྐྱེད་  
 པའི་རྟེན་ཚོས་གྱི་དབྱིངས་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་རིགས་ནི་རིགས་གྱི་བྱའམ་རིགས་གྱི་  
 བྱ་མོ་གང་ལ་ལ་ཞེས་པས་བསྟན། །ཐེག་ཆེན་སྐྱེད་པའི་དམིགས་པ་ནི་ཕྱུང་པོ་ལྷ་  
 པོ་ཞེས་སོགས་གྱིས་བསྟན། །ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་བདག་ནི་ད་དྲུབ་ནི། སྐྱེད་  
 པ་མེད་པ་བྱུང་ན་ལས་འདས་པ་མཐར་སྦྱིན་ཏེ། །སྐྱ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
 པའི་བྱང་ཚུབ་ཅེས་པས་བསྟན། །གོ་སྐྱེད་འདུག་སྐྱེད་ཚོགས་སྐྱེད་ངེས་འབྱུང་སྐྱེད་  
 པ་བཞིན། ཤེས་རབ་གྱི་ཡ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་ཞེས་དང་། ཟབ་མོའི་སྐྱེད་པ་སྐྱོད་ཅེས་  
 དང་། བརྟེན་ཅིང་གནས་ཏེ་ཞེས་དང་། སྦྱིན་ཅི་ལོག་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་ནས་ཞེས་  
 པས་བསྟན་པ་ལྟ་བུ་གོ་རིམ་ཐར་ཆགས་མིན་གྱང་དོན་ཚང་བར་ཡོད་དོ། །དེ་ལྟར་  
 ན་ཚོས་གྱི་ཕྱུང་པོ་བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་གི་སྒྲིབ་པོ་བསྐྱུས་པ་ཤེར་མདོ་ཡིན་ལ། ཤེར་  
 སྦྱིན་སྟོང་ཐམས་པ་སྐྱེད་པོ་ཞེས་ཏེ་ཤེར་སྦྱིན་པོ་ཞེས་ཤིང་། དེའི་དོན་  
 བསྐྱུས་པ་སྐྱེལ་འདི་ཡིན་པས་ཚོས་ཐམས་ཅད་གྱི་ནིང་ཁྱུ་ཡིན་པར་རིགས་པས་  
 འབྱུབ་ཅིང་། དེས་ན་དེ་དག་གྲུན་གྱི་ཕན་ཡོན་སྐྱེད་པར་ཡང་རྫོས་སྐྱེད་པ་ག་པར་  
 བྱའོ། །རང་གི་བྱན་པ་གསོ་སྦྱིར་དང་། །མདོ་ལས་ཉམས་མེན་གནད་འཚོལ་  
 པའི། །སྐྱོ་ཆེན་ཆེ་འཕེལ་བ་ལ་གདམས། །དགེ་བས་ཡུམ་དོན་རྟོགས་གྱུར་ཅིག།  
 ཤེས་རབ་སྒྲིབ་པའི་སྐྱེལ་གྱི་ནཱ་བཤད་འདི་ནི་བཅུ་པ་དགོན་མཚོག་བསྟན་པའི་སྐྱོན་མེས་འདི་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་དོན་ཀྱེ་བ་

ཤེས་རབ་སྒྲིང་བོའི་སྒྲགས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་སྒྲས་དོན་གསལ་བ་ཞེས་བྲ་བ།

ཞིག་ལོང་དགོས་རྒྱུ་འདྲག་སྒྲུལ་སྒྲེ། ཐུབ་པ་ཀྱན་གྱི་ཡི་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུ་ཙན་ཡབ་གཅིག་ཡ་འཇིགས་མེད་དབང་པོའི་ཞབས་ལ་  
གསོལ་བ་ནན་ཆེར་བདེ་བས་པས་གོ་ལྷགས་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་བྱིབར་བརྩམས་པ་ན། རང་བཟོར་འགྱུར་དོགས་དེ་གཞོན་  
འབྲེལ་པ་རྣམས་ལ་བརྒྱུས་པ་ན་རང་གི་གོ་ལྷགས་དང་རྩྱགས་མཐུན་པར་འདྲག་པས་དེ་དག་ནས་ཀྱང་ཁྱེད་ཅུང་བརྒྱན་དེ་མེ་བྱིའི་  
དགྲ་ན་མཆོམས་སྐབས་ཉིན་གྱི་གི་ཐུན་གསེང་ལ་སྒྲུག་བྱེས་སྒྲུབ་གྱིས་པ་ལས་ཤོག་གྱུར་འཕེབས་པ་བོན་སྒྲགས་རམ་པ་དགོན་  
མཆོག་ཀྱན་དགའོ། །དགོན་མཆོག་གྲུགས་ཇི་འི་བདེན་མཐུས་ལེགས་མཁའ་འདི། །བསྐྱན་  
པའི་སྒྲོན་མེར་ཡུན་དྲུ་གནས་པ་དང་། །འབྲེལ་ཐོགས་འགྲོ་ཀྱན་གནས་སྐབས་  
དགའ་བདེས་འཛོ། །མཐར་ཐུག་ནམ་མཁའ་ཐུག་ཀྱི་ལ་བའི་གནས་ཐོབ་ཤོག། །ཅེས་པ་  
འདི་འདྲ་སྒྲུ་ཉིད་ཤོག་ནས་ནམ་དཀྱོང་ཡངས་པར་བའུམས་པ་ཀྱན་དགའ་ནམ་རྒྱལ་གྱིས་འདི་ཀྱི་འིང་གཙོམ་པར་དུ་མ་ལོང་  
པ་རྣམས་ཀོད་གོས་རྩལ་ཐེབས་དང་བཅས་དེ་བསྐྱལ་བ་བཞིན་བསྐྱབས་པའི་ཆེད་དུས་པའོ། །



༡༡། །ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྒྲིང་པོ་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་སྤྲེལ་མར་  
བསྟོན་པ་དགོངས་དོན་ཟད་མེད་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྟོང་འཕར་  
ཀྱ་ཆེར་བྱེ་བ་རྫོགས་ལྷན་སྤྲིན་གྱི་སྐྱ་དབྱངས་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

བཛོད་བྲལ་གཤིས་ལུགས་འཕྱར་མེད་དབྱིངས་ཉིད་ལས། །སྤྱ་ཆོགས་  
གར་དུ་སྒྲོས་པ་རྟེན་འབྱུང་མཐུས། །ཆོ་བསོད་གཤགས་འཕྱར་བཤད་སྐྱབ་མཆོག་  
གི་ས། །དགེ་ལེགས་དམ་པའི་དངོས་ཀྱན་དང་དག་མཛོད། །ཤེས་བྱའི་དཀྱིལ་  
འཁོར་རབ་ཡངས་ཡངས་པའི་བྱུགས་ཀྱི་མེ་ལོང་དོས་སྐྱ་མ་འབྲེས་ལྷང་དེར་ནམ་  
པར་བཀ། །ཉེན་ཤེས་སྒྲིབ་པའི་བྱི་མ་མ་ལུས་དབྱིངས་སྐྱ་དག་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱ་  
ལས་ནམ་ཡང་གཡོ་བ་མེད། །ནམ་པར་དཀར་པའི་འབྲིན་ལས་ལས་ཀྱི་འཁོར་  
ལོས་མཐོང་ཆོས་དྲན་རིག་སྒྲིན་ཅིང་གོལ་མཛོད་པན་བདེའི་གཉེར། །ཡབ་གཅིག་  
ས་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་དེའི་ཞབས་མེན་དམར་འོད་དུས་ཀྱན་སྒྲིང་  
གི་དོར་ར་ཅེན། །ཆོས་ཅན་སྤྱ་ཆོགས་སྒྲོས་པའི་ཡོ་ལང་ཆོས་དབྱིངས་དག་པའི་  
སྟོང་ཉིད་དུ། །མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རི་བཞིན་གཟིགས་པའི་མཉམ་ཉིད་ཡི་ཤེས་སྐྱ་  
འཕྱལ་གར། །ནམ་པར་རོལ་པ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་ནམ་འབྱེད་ཤེས་རབ་ཟད་  
མེད་གཉེར། །སྒྲིང་ག་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོར་དོལ་ཕྱིར་སྒྲིང་ལ་རྟག་དུ་རོལ་བར་མཛོད།  
ཀྱལ་ཀྱན་གསང་གསུམ་གསང་མཛོད་ཆངས་པའི་མཚོ། །འབྱུར་པའི་སྐྱ་བརྒྱ་  
སྐྱ་དབྱངས་ཀྱ་མཚོའི་གདངས། །དབྱངས་ཅན་དགེ་མ་དགེ་ལེགས་དཔལ་སྟེར་  
མས། །བདག་མཁྱིན་སྟན་དངགས་སྟན་དགའི་གཉེར་དུ་མཛོད། །ཉི་མའི་གཉེན་

དུ་ཡུར་པ་ནི་མ་ཡི། །འོད་ལས་ཤིན་དུ་གསུང་གི་འོད་གསལ་པ། །སྟོན་པ་མཆོག་  
དེས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྟོན་པ་ཡིས། །སྤུང་སྤྲུལ་འོལ་ཆོད་སྤྲུལ་གང་སྤུང་བཞིན་བསལ། །  
མཐོན་པོས་དབག་མེད་བསྐལ་པ་དབག་པས་སྤ། །ཐབས་ཤིས་འདབ་བསྟོད་བྱུགས་  
ཀྱི་འདབ་བཟང་དབང་། །ཆོས་དཔྱིད་ས་མཁའ་ལ་རོལ་ཞིང་མཁའ་བྲལ་འགྲོ། །སྟོལ་  
བ་བདག་ཉིད་གཅིག་བུས་བདག་གིར་བརྒྱངས། །བཅོ་སྟན་གང་གིས་བཅོ་བས་  
འོད་མས་མཛད་པ། །མེགས་གསུང་བདུད་རྩི་མེགས་པར་བྱངས་པའི་མཐུས། །ནམ་  
ཐོལ་ས་ལ་ནམ་པར་གཤེགས་པ་ཡི། །སྒྲིཔོ་གང་དག་སྒྲིམ་པོ་ལོ་འཕར་བཞིས། །  
བྱལ་ཡུམ་བྱལ་བའི་བྱུགས་བཅུད་གསྒྲུབ་པའོ། །སྤྲུལ་བྱུལ་ཡི་དབང་པོས་ཡོངས་  
བརྒྱངས་པ། །སྤྲུལ་གསུལ་སྤྲུལ་པའི་འོད་ཀྱིས་འཕྱར་བའི་ཕྱར་། །སྟོ་བཟང་སྟོ་ཡི་  
རྩ་དུས་དུབ་ཀྱི་འཕྱརས། །གདོད་ནས་སྟོང་པ་སྟོང་པའི་མེ་ལོང་དུ། །སྤྲུལ་གསུལ་  
སྤྲུང་བ་སྤྲུང་བའི་དཀར་ནག་གི། །ལས་འབྲས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་མའི་གཞུགས་འཆར་བར། །  
བཟླ་འདོད་མིག་ལ་མིག་སྟན་ལ་བརྟེན་གྱིན། །བྱལ་བ་མཆོག་གིས་བྱལ་སྤྲུལ་  
ཉན་རར་ལའོར། །ཆངས་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་ཆངས་ཚུལ་གསལ་བྱེད་ལས། །སྤྲུ་  
དབྱངས་བྱུ་མཆོས་སྤྲུ་འདྲིན་བཅུད་ལེན་དུ། །རི་སྟར་གང་མས་པ་རི་བཞིན་བསྟོད་  
བཀུར་བསྟུགས། །རི་ཡི་རང་ཚུལ་བརྟོད་བྲལ་བརྟོད་པ་ཡི། །སྤྲུ་བའི་བྲུར་འདི་  
བཀའ་བཅན་བཀའ་ཡི་རོར། །སྟོ་སྟོས་ལུས་ཅལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བཞིག །འདེགས་  
ལ་སྤྲུན་རས་དུས་ཀུན་དུས་སྤྲུ་གཤོས། །རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་སྟོང་བཞིན་རྟེན་  
ནས་འབྱུང་། །ཀུན་རྟོག་འབྲུལ་སྤྲུང་སྤྲུང་བཞིན་གཞི་ཅས་དཔེན། །སྤྲུང་སྟོང་  
མི་འགལ་འགལ་མེད་གྲོགས་ཉིད་དུ། །འཆར་བའི་རང་ཚུལ་ཚུལ་འདིའི་སྤྲུང་  
གཞི་ཡིན། །སྒྲིམ་པོ་སྤྲུང་བའི་རྟེན་འབྱུང་ཆོས། །རང་གི་རང་བཞིན་  
འབྱུར་མེད་མཁའ་བྲལ་རང་། །སྤྲུལ་པས་སྤྲུལ་གཞན་བྱེད་བཞིན་རི་སྟོལ་ཚུལ། །

བརྟེན་པལ་བརྟེན་པའི་རྒྱར་རྒྱར་རྒྱལ་འདྲིར་སྟོན། །རྒྱར་བས་ཡོད་མཐའ་མེལ་  
ཞིང་རྒྱར་ཅམ་ནས། །སྟོང་བས་མེད་མཐའ་ཡེགས་མེལ་སྟོང་བ་ཉིད། །རྒྱ་  
དང་འབྲས་ལུར་འཆར་བའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི། །རྟིན་འཕྱུར་བརྒྱ་བ་མེད་གང་རྟིན་ཅིང་  
འཕྱུར། །གཞི་ཆོས་ཆོས་ཉིད་རྒྱར་སྟོང་རྒྱར་འབྲེལ་བ། །དབྱུད་མཐའ་མཐའ་  
བཞིར་སྒྲེ་བས་སྟོང་བཞིན་དུ། །རྒྱ་ཆོགས་ཆོགས་པས་ཅིར་ཡང་འཆར་བ་སྟེ། །མ་  
དག་དག་པའི་རྒྱར་རྒྱལ་འཁོར་འདས་སོ། །གཅིག་མིན་གཅིག་དུ་རང་བཞིན་འདྲེས་  
པའི་དབྱིངས། །དུ་མིན་དུ་མར་ཅིར་ཡང་བརྟུ་བ་ཡི། །རྒྱར་ལས་རྒྱར་ཆེན་འཕྱུར་  
བའི་རྟིན་འབྲེལ་ལས། །བདེན་མིན་བདེན་པ་དཔོག་བྱེད་འཕྱུལ་འདེགས་ལས། །གང་  
ཞིག་གང་དུ་གར་བའི་འདིག་རྟིན་དེར། །གསར་པ་གསར་པའི་རྟོགས་རྒྱན་ཅི་དགའི་  
དཔལ། །ཡེགས་འགྲུགས་ཡེགས་བཤད་ཉི་མ་འབར་བའི་སྟོང་། །འདི་ན་འདི་  
རྒྱར་བདག་ཡིད་མཁའ་ལས་སྟོ། །གདོང་བཞིའི་གདོང་གི་བརྒྱའི་དགའ་ཆལ་གྱིས། །  
དབྱུངས་རྒྱན་དབྱུངས་ཅན་རང་པའི་བྱ་མོ་ཡང་། །ཀུན་ནས་ཀུན་དགའ་བསྐྱེད་པའི་  
སྒྲེ་རྒྱན་དངགས། །རིག་བྱེད་རིག་པས་སྟེ་མས་པའི་རང་རྒྱལ་སྟོན། །ཡང་ནས་  
ཡང་དུ་མན་པ་བརྒྱས་བརྒྱངས་པའི། །ཡིད་ཅན་ཡིད་ཀྱི་བདེ་གསེགས་སྒྲིང་པོའི་  
ཁམས། །དག་སྤང་དག་པ་དོན་དམ་དབྱིངས་ཀྱི་ཆོས། །ཀུན་ལ་ཀུན་མཁྱེན་ལས་  
བཟང་མཆོན་ཕྱིར་དབྱེ། །ཟབ་བསྐྱིད་རྒྱན་ཆིག་ཆིག་རྒྱན་སྒྲེ་བ་ཡི། །བདག་གི་  
ཕྱེ་འདི་འདི་རྒྱང་འགག་པའི་ཆེ། །ཤོད་ཀྱི་ཟས་སུ་སུ་ཐོབ་བྱེད་འགྱུར་ཞེས། །སྒྲིང་  
པོ་དེ་རིང་རིང་མིན་རྒྱལ་གྱིས་ལེན། །དགའ་གུས་རབ་དང་བདུད་རྩིའི་བཅུད་ཀྱིས་  
ལང་ཆོ་དར་དག་ལྷ་གདོང་གཡོ་བའི་མི་ན་ཀམ། །ཉམས་འགྱུར་སྟོང་གི་འཛོ་སྟེག་  
རོལ་བའི་ལུས་ཀྱི་འཁྱིའིང་ཡལ་འདབ་བརྟེན་པའི་རྒྱར་ཕུད་ལ། །རྒྱན་འཛིབས་  
ལན་ལག་རྒྱ་མཆོའི་གདངས་སུ་ནས་པར་བཀུག་པ་རིན་ཆེན་བཱེྱར་སྟོན་པའི་རྒྱད། །

ཡེགས་པར་བཤད་པའི་སྤྱིང་པོ་ལས་བརྩམས་ཏེ་སྤྲེལ་མར་བསྟོད་པ།

ནམ་པར་སྤྱིང་ཞིང་བསོད་ནམས་ས་གཞིར་བྱི་མེད་ཆོག་གི་གོམ་པའི་འདེགས་འདྲིལ་གར་དྲུ་ཅེན། །ཅིས་སྟོན་པ་ཐུན་མེད་པ་ལ་ཟབ་མོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གསུངས་པའི་སྟོན་མ་བཞེད་པ་  
ཡེགས་པར་བཤད་པའི་སྤྱིང་པོ་ལས་བརྩམས་ཏེ་སྤྲེལ་མར་བསྟོད་པ་ལ་འདྲུག་ཅི་རྒྱུ་བསྐྱར་བ་སྟུང་ལྟར་སྤྱིང་པར་བྱུ་མ་ཆོད་  
གདངས་སྤྱུ་པུག་པའི་སྐྱེད་པོའོ། །ཕྱི་འདོད་སྤང་སྤོངས་པའི་དབྱུང་བ་གཏུམ་པོ་རབ་  
དྲུ་ངར་བའི་བྲེགས་པ་ཡིས། །ཐར་བ་དམ་པའི་སྟོག་ལ་ཚོལ་བ་སྤྱིད་པའི་དག་སྤྱེ་  
ཙ་ལག་བཅས། །ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བའི་རུ་མཚོན་དྲུ་ནི་རྟོང་ར་ར་ལ་གྱི་འབར་བའི་  
མཚོན། །ཕྱག་དྲུ་འཆང་བའི་འཇམ་དཔལ་དཔལ་པོས་ཐུགས་རྗེའི་སྤྱན་རས་གཟུང་  
གཡོས་ཤིག །རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་གསུང་གསང་འཁོར་ལོའི་མཛོད། །རིག་  
པའི་རྒྱལ་མོར་རྫོས་པ་རྒྱུད་གྲོལ་མ། །མགྱིན་པ་ལོངས་སྟོན་འཁོར་ལོའི་གུར་  
ཁང་དུ། །སྤྱོད་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྟོན་ཕྱེ་ཞིག །ཡལ་རྗེ་དམ་པའི་ཡེགས་གསུང་  
ལྷ་དྲུལ་ལར། །རྗེས་སྤྱུ་འབྲེལ་བ་གསར་བའི་སྤྱི་ལྷི་ཀུ། །ཟབ་བརྩིང་སྤྱན་འགྲུར་  
སྤྱུ་སྤྱུ་བསྐྱེལ་བར། །རིག་འབྱུལ་མོར་མོས་སྤྲེལ་མར་བསྟོད་པར་བྱ། །སྤྱིད་  
གསུམ་མང་འགྱུར་ཀྱན་སྤོངས་མའི། །ཡང་བྱན་གྲུར་གྱང་ཐར་པའི་ལམ། །སྟོན་  
པར་ཁས་འཆི་ལྷུ་བ་ཡི། །རྐང་སྟེར་འཆང་བར་སྤྱི་ཞིག་བཏོམ། །གང་ཞིག་  
གཟེར་བྱིང་གསུང་བ་ཡིས། །མཁྱེན་དང་སྟོན་པ་ཐུན་མེད། །རྒྱལ་བ་རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྱུང་། །གཟེར་བྱིང་འདྲིམས་པ་དེ་ལ་འདུད། །འཁོར་འདས་བརྟན་  
གཡོའི་དངོས་པོ་ཀུ། །རྒྱ་མེད་པ་ལས་འགའ་མི་འབྱུང་། །འབྲས་གྲུར་ཟུག་  
རུས་སྤྱན་པ་དག །འབྲུབ་ཕྱིད་རྒྱ་ནས་འགོག་པ་གཅེས། །འཇིག་རྟེན་རྒྱུད་པ་  
རི་སྟོད་པ། །དེ་ཡི་རྩ་བ་མ་རིག་སྟེ། །གང་ཞིག་མཐོང་བས་དེ་སྟོག་པ། །རྟེན་  
ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བར་གསུངས། །རྟོག་གི་གཞན་དག་སྤྱུག་བསྐལ་ནི། །རང་  
གཞན་དང་ནི་གཉིས་ཀས་བྱས། །རྒྱ་མེད་གྱང་སྤྱི་མགོན་ཁྱོད་ཀྱིས། །བརྟེན་

ནས་འབྱུང་གསུངས་མ་འདྲིས་ཆོས། རྟེན་ཆེ་སྟོང་དང་ལྡན་པ་ཡིས། རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ལས། རྟོན་གྱི་བསྟན་པའི་གནད་ཉིད་དུ། རི་ལྗར་ཁོང་  
དུ་ཅུད་མི་འགྱུར། སྤྱི་ལོ་ལེགས་པཤད་རི་སྒྲིང་པ། རྟོན་གྱིས་མགོན་བྱས་  
བསྟན་ལས་བྱུང་། རྟེ་ཡང་རྟེན་འབྱུང་གསུངས་ཉིད་ལས། རྟེ་ཕྱིར་ལེགས་  
མཛད་ཀྱན་གྱི་གཞི། རྟེ་ལྗར་ལགས་ན་མགོན་རྟོན་ལ། བསྟོད་པའི་སྟོར་ནི་  
སྤྱི་ཞིག་གིས། བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་གསུང་བ་ལས། རྟོ་མཚར་གྱུར་པ་ཅི་ཞིག་  
ཆེད། རྟེན་ཞེས་ཆོས་ཉིད་མི་འདོར་ལ། འབྱུང་ཞེས་འདྲི་ག་རྟེན་ཚུལ་ཡང་  
མཐུན། རིགས་ཚུལ་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་པོ་བཞིན། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ཆད་  
མའི་བཀའ། བཀའ་གང་རྟེན་ལ་རག་ལས་པ། རྟེ་རྟེ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཞེས།  
གསུང་བ་འདི་ལས་ཡ་མཚན་པའི། ལེགས་འདོམས་ཚུལ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡོད། འོན་  
ཀྱང་མོངས་ནད་ཡུན་རིང་པོས། རྟོ་ཕྱོས་ལུས་རྒྱངས་ཟད་པ་འགར། རིགས་  
པའི་སྟན་ཆེན་བཅུད་གྱིས་ལེན། རྟེ་ཀྱང་འབྱུར་མཆིས་གཞན་ལ་མིན། བཀའ་  
དུ་བརྒྱུད་བས་བྱིས་པ་ནམས། མཐར་འཇིག་འཆིང་བ་བརྟན་བྱེད་པ། རྟེ་ཉིད་  
མཁས་ལ་སྟོས་པ་ཡི། རྟེ་བ་མ་ལུས་སྟོན་པའི་སྟོ། རྟེ་ཕྱིར་དུ་ཁའི་བྱང་ལས་  
སྟོལ། རྟོན་བྱེད་ལས་ཉོན་ཏྲུངས་ནས་འབྱིན། བདུད་གྱི་གཡོ་ཡང་སྟོན་མཛད་  
ལ། རྟེ་ཆེ་བདག་འདྲིའ་པ་མེལ་བྱེད་པ། བསྟན་འདི་གཞན་དུ་མ་མཐོང་བས།  
སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་རྟོན་ཉིད་དེ། རྟེ་སྟོས་ལ་ནི་མེད་པ་ཞིན། རྟེ་སྟོགས་ཅན་ལ་འང་  
གཅམ་བུའི་ཆོག། རྟེན་འབྱུང་ལས་འབྲས་ལེགས་བསྟན་ནས། རྟེ་ལ་ཡུན་སྤིང་  
པའི་འདྲིགས་ལས་སྟོལ། རྟེ་སྟོང་ཐབས་ཤེས་རྒྱུང་འབྲེལ་བཀའས། རྟེ་  
ཞེར་རྒྱུང་ལས་འདྲིན་བརྟོན་པ། རྟེ་མའོ་སྟོན་པ་ཞེ་མའོ་སྟོབས། རྟེ་མའོ་  
སྟོ་མཚོག་ཞེ་མའོ་མགོན། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ལེགས་གསུང་བའི། རྟོན་

པ་དེ་ལ་བདག་སྤྱུག་འཆེལ། །ཁམས་ཀྱི་རྩེ་མོར་སྤྱོད་ཆོག་པ་གཏམ་གྱི་ཆང་ས་པའི་  
 དབྱངས་སྟན་སྒྲུབ་བྱ་ཡིས། །གདོད་ནས་སྟོང་པའི་གཤིས་ལུགས་ཟབ་མོ་བསྒྲུ་  
 དཀའ་རྟོགས་དཀའི་ངང་ཚུལ་ལ། །ཀུན་དུ་མོངས་པའི་གཉིད་དུ་གཡུར་ལས་སད་  
 སྒྲུབས་མེད་པའི་སྒྲིེ་འགྲོ་ནམས། །སྟོང་མཁས་སྟོན་པ་བཅེ་ཆེན་རྩེ་ལ་བ་གཡོ་  
 བ་དེ་ལ་བདག་སྤྱུགས་མཆི། །ཞེས་སྟོན་པ་སྒྲུན་མེད་པ་ལ་ཟབ་མོ་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་གསུངས་  
 པའི་སྟོན་པ་བརྟན་པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྟོང་པོ་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་སྤེལ་མར་བརྟན་པ་དངོས་ཀྱི་ཚུལ་དཀོང་ས་དོན་ཟད་མེད་  
 རྣམ་ལམ་འཇུག་ཏེ་སྟོང་པར་བྱ་ཆེར་སྤྱོད་པ་ལས་རྟོན་འབྱུང་གསུངས་པ་བརྟན་པའི་སྟོང་པ་ཆོར་མཆོར་མཆོད་བསྐྱུབས་པའི་ས་ཆེ་  
 གཤིས་པའོ། ་། རྩེ་མོར་འདས་རི་མོར་བཀྲ་བའི་རྟེན་འབྱུང་ཀུན། །གདོད་  
 རས་སྟོང་པའི་གཤིས་སུ་མཉམ་ཉིད་དུ། །གཟིགས་པའི་ཡི་ཤེས་སྒྲུ་འབྲུལ་སྤྱུག་  
 པའི་སྤྱ། །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་སུ་གྲགས་དེས་ཤིས་པ་སྒྲུབས། །འགྲོ་ཁམས་  
 རྒྱ་མཚོའི་ཡིད་ཀྱི་མི་ཤེས་རུལ། །སེལ་མཛད་ཆངས་པའི་བྱ་ལོ་གར་མཁན་མ།།  
 རྟོན་མེད་སྟོབས་པ་འབྲུམ་གྱི་རྒྱད་ལྟན་པའི། །མགྱིན་པའི་འཕང་འགྲོར་སྤྱུགས་  
 རིས་མོར་མོས་སྒྲུར། །སྤྲིལ་རིགས་པའི་ལང་ཆོ་རྒྱས་པ་ཡིས། །ཤེས་ནས་  
 ལུས་པ་རི་དུགས་མིག་ཅན་གཞུགས། །མཐུན་མིན་བསྟོད་བསྐྱུགས་མེ་ཡོང་གཅང་  
 མའི་ངོས། །ཤར་པའི་ངོ་མཆར་སྟང་ལོ་འདིར་སྟོས་ཤིག །བདེ་སྟོད་པ་དག་རྟེན་  
 འབྱུང་ན། །སྟང་ནས་འབྱུང་ཕྱིར་རྒྱ་དུས་སུ། །གཏན་མེད་སྟང་པ་མི་རུང་ལ། །  
 ཡོད་པ་སྟང་རིས་འབྱུང་མིན་བརྟོལ། །དངོས་པོ་སྒྲུ་ནམས་རྟེན་འབྱུང་སྒྲ། །ས་  
 སྤྱུང་དེ་སྒྲིས་དོན་ཏེ། །དེ་སྤྱིར་བརྟེན་ནས་གང་སྤྱིས་པ། །བདེན་དངོས་ཉིད་དུ་  
 ཁས་འཆེ་སྤྱིར། །ཕན་མཛད་ཁྱོད་ཀྱིས་འགྲོ་བ་ལ། །སྟན་པའི་སྟང་དུ་བཀའ་  
 ཚུལ་བ། །བསྟན་པའི་སྟོང་པོ་སྟོང་པ་ཉིད། །ངེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཟུ་མེད་པ། །  
 རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་ཚུལ། །འགལ་བ་དང་ནི་མ་གྲུབ་པར། །མཛོང་

བ་འདི་ཡིས་ཁྱོད་གྱི་ལྷགས། རི་ལྷར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་རུས། མགོན་པོས་དཔལ་  
 གྱི་མགུལ་ནས་ནི། སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་དོན་དུ་གསུངས། དེ་ཡང་མིང་དོན་  
 ཡུལ་ཡུལ་ཅན། བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་ཏིང་དང་ནི། དངོས་བྱགས་ནམ་བཅད་ཡོངས་  
 གཅོད་གྱི། དོན་དུ་འང་བཞེད་པ་མ་ལགས་ཤིང་། ཡོད་པ་གཉིས་དང་མེད་པ་  
 གཉིས། བྱེད་པར་མ་གྱུར་ངོར་ཡང་མིན། ཁྱོད་ནི་ནམ་ཞིག་སྟོང་བ་ཉིད། རྟེན་  
 འབྱུང་དོན་དུ་མཐོང་བ་ན། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་བ་དང་། བྱ་བྱེད་འཐད་  
 པའང་མི་འགལ་ཞིང་། དེ་ལས་ལྷོག་པར་མཐོང་བ་ན། སྟོང་ལ་བྱ་བ་མི་རུང་  
 ཞིང་། བྱ་དང་བཅས་ལ་སྟོང་མེད་པས། ཉམ་ངའི་གཡང་དུ་ལྷུང་བར་བཞེད།  
 དངོས་ནམས་ངོ་ཐོས་མ་གྲུབ་པར། སྐྱབ་ལ་རང་བཞིན་འགལ་དམིགས་རྟགས།  
 གང་དེ་ངོ་ཐོས་གྲུབ་འགལ་གྱི། དེ་ལས་ལྷོག་པར་རི་ལྷར་འགལ། དེ་ཕྱིར་  
 ཁྱོད་གྱི་བསྟན་པ་ལ། རྟེན་འབྱུང་མཐོང་བ་ལེགས་པར་སྤྲེལས། དེ་ཡང་ཀུན་  
 དུ་མེད་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པས་མིན། སྤྲེལ་གྱི་རྟེན་འབྱུང་ལེགས་  
 མཐོང་བ། དེ་ཡིས་ཆོས་ཀྱང་མཐོང་གསུངས་ཕྱིར། དངོས་མེད་དངོས་པོར་  
 མཐོང་བ་ཡིས། རི་ལྷར་མཐོང་སྟེ་མཐར་ལྷས་བརྒྱག། ལྷོས་མེད་ནམ་མཁའི་  
 མེ་རྟོག་བཞིན། དེས་ན་མ་བརྟེན་ཡོད་མ་ཡིན། རང་ཐོས་གྲུབ་ན་དེ་གྲུབ་པ།  
 རྒྱ་དང་རྒྱན་ལ་ལྷོས་པར་འགལ། རང་དབང་བ་ནི་འགའ་མཆིས་ན། དེ་ནི་  
 གཞན་ལ་ལྷོས་མི་འགྱུར། གཞན་ལ་ལྷོས་ཏེ་གང་གྲུབ་པ། དེ་ནི་རང་དབང་  
 རི་ལྷར་གྲུབ། དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ལས། མ་གཏོགས་ཆོས་འགའ་  
 ཡོད་མིན་པས། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པ་ལས། མ་གཏོགས་ཆོས་འགའ་  
 མེད་པར་གསུངས། བྱས་པ་ཅན་དག་གཏོད་མ་ནས། རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་  
 པའི་སྒྲུབ། གསར་དུ་བདེན་དངོས་བསལ་བྱ་དང་། སྐྱེ་མ་ཙམ་དུ་བཞག་བྱས་

དབེན། །འོན་ཀྱང་དེ་ཚུལ་ཐོས་ཤིང་ཤེས། །བསམ་ཞིང་བསྟོམས་པས་ཡེགས་  
མཐོང་སྟེ། །མཐོང་ཟིན་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས། །ཁྲོལ་བར་འགྱུར་བ་བྱིད་  
བཞིན་ལགས། །རང་བཞིན་ལྡོག་པ་མེད་པའི་བྱིར། །ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་  
འགའ་ཡོད་ན། །སྤྱང་ན་འདས་པ་མི་རུང་ཞིང་། །སྟོས་ཀྱན་ལྡོག་པ་མེད་པར་  
གསུངས། །དེ་བྱིར་རང་བཞིན་རྣམས་བྱལ་ཞེས། །མེ་ཆེ་སྒྲུ་ཡིས་ཡང་ཡང་དུ། །  
མཁས་པའི་ཚོགས་སུ་ཡེགས་གསུངས་པ། །འདི་ལ་སྒྲུ་ཡིས་འགོང་པར་རྒྱས། །  
གཤིས་དཔྱད་སྟོལ་སྟེད་མིན་ག་སྟེད་དུ། །སྤང་བ་འགོག་མེད་དགྲ་བའི་འཛོ་སྟེག་  
གར། །བསྐྱར་བའི་ལྟ་མོ་ཉམས་སུ་མཛར་བ་འདི། །སྟོང་པའི་འཕྱལ་དུ་སྟོན་  
མཁས་བྱིད་ལས་སུ། །གང་གི་གཤགས་པ་རབ་དཀར་གདམ་སྟན་པོ། །སྟོགས་  
ཀྱི་རི་དྲགས་མིག་ཅན་འགམ་པ་ལ། །གསར་བའི་སྐྱུག་ཅིང་ཐིག་ལེ་རི་བཞིན་དུ། །  
མཛོན་པར་ཆགས་པ་དེ་ལ་བདག་དང་རོ། །ཞེས་སྟོན་པ་སྟན་མེད་པ་ལ་ཟབ་མོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་  
འབྱུང་བ་གསུངས་པའི་སྟོན་པ་སྟོན་པ་ཡེགས་པར་བཤད་པའི་སྒྲིང་པོ་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་སྤེལ་མར་བསྟོད་པ་དང་རོས་ཀྱི་ཚུལ་དགོངས་  
དོན་ཟད་མེད་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྟོང་འཕར་བྱ་ཅིང་བྱེད་ལས་སྟོང་བ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་བཞེད་ཅིང་གསུངས་པའི་ཚུལ་ལ་  
བསྟོད་པའི་སྟན་སྟེ་གསུམ་པའོ། ། ༥ ། ཀུན་རྫོབ་སྐྱ་ཚོགས་སྤང་བའི་སྟོས་ཀྱན་ཆོས་ཀྱི་  
དབྱིངས་སུ་རོ་མ་ཉམ་ཉིད། །གཟིགས་པའི་ཡི་ཤེས་དམར་མེར་ཉི་མ་འབར་བའི་  
འོད་ཀྱི་གདེངས་ཀ་ཅན། །ནང་གི་སྟན་པའི་གཡུལ་གྱི་དབྱེད་ལས་རྣམས་པར་རྒྱལ་  
བའི་བདེ་ཐབས་སུ། །རལ་གྱི་འཕྲི་ཤིང་ལྷང་ལ་སྟོར་བའི་གཞོན་ནུ་དཔའ་པོ་དེས་  
སྟོངས་ཤིག །གང་གི་མཛར་སྐྱུག་དོན་སྦྱིང་རི་རི་མོ་འབུམ། །སྒྲིང་གི་མེ་ལོང་  
རོས་སུ་སྐྱས་བཀོད་པ། །དེ་ཡི་ཁ་ནི་ཡེགས་བཤད་འབྱུང་བྱངས་སུ། །ཤིས་པར་  
སྐྱབ་མཁས་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་མོས་སྟོངས། །ད་དུང་བསྟོད་བརྒྱགས་ཤེལ་གྱི་མི་  
ལོང་དུ། །རིགས་པའི་ཕྱིས་བྱིས་པ་དང་བའི་གཞུགས། །རྣམས་འགྱུར་སྟོང་



གིས་སྒྲིག་པའི་ལང་ཚོ་ལ། །བལྟ་འདོད་སྐལ་བ་བཟང་ནམས་སྒྲུན་རས་གཡོས།  
 བཙེ་ལྷན་མགོན་པོས་ཆངས་དབྱངས་གྱིས། །རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་རྟེན་འབྱུང་དཔེ།  
 རྩ་མེ་སྒྲིག་རྒྱ་བྲག་ཆ་ལོགས། །གང་དུ་སྤང་བས་སྟོང་ན་ཡང་། །རྟེན་དག་  
 ཚོགས་ནས་འབྱུང་བ་དང་། །རྟེན་འགའ་ལོག་པས་འཛིག་པ་ཡི། །སྤང་སྟོང་  
 གཞི་གཅིག་འདུ་བ་ལྟར། །ཆོས་ནམས་ཀྱན་ལ་སྟོར་ཞེས་གསུངས། །རང་བཞིན་  
 འགའ་ཡང་མེད་པ་དང་། །འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་འབྱུང་བའི། །ནམ་བཞག་  
 བམས་ཅད་འབད་པ་གཉིས། །མི་འགལ་འདུ་བ་སྟོས་ཅི་དགོས། །བརྟེན་ནས་  
 འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། །མཐར་ལྟ་བ་ལ་མི་བརྟེན་ཞེས། །ལེགས་གསུངས་  
 འདི་ནི་མགོན་ཁྱོད་གྱི། །སྤྲེལ་བ་སྤྲེལ་བའི་རྒྱ། །སྟོང་བརྟེན་འབྱུང་དོན་གར་  
 བས། །སྟོང་པས་མེད་མཐའ་མེལ་བ་དང་། །རྟེན་འབྱུང་སྟོང་པར་གར་པའི་མཐུས།  
 །སྤང་བས་ཡོད་མཐའ་ལེགས་སེལ་ཞིང་། །སྟོང་པར་གར་ཆོ་སྟོས་མིན་དུ། །ཞེན་  
 པའི་འཛིན་རྩལ་ཀྱན་གཞིག་ཅིང་། །རྟེན་འབྱུང་གར་དང་ལྷན་ཅིག་པར། །བདེན་  
 ཞེན་འཛིན་སྤངས་ཀྱན་འཛིག་ཕྱིར། །འདི་ཀྱན་ངོ་པོས་སྟོང་བ་དང་། །འདི་ལས་  
 འདི་འབྲས་འབྱུང་བ་ཡི། །ངེས་པ་གཉིས་པོ་ཕན་ཚུན་དུ། །གིགས་མེད་པར་ནི་  
 བོགས་བྱེད་པ། །འདི་ལས་ངོ་མཚར་གྱུར་བ་དང་། །འདི་ལས་མད་དུ་བྱུང་བ་  
 གང་། །རྩལ་འདིས་ཁྱོད་ལ་བསྟོད་ན་ནི། །བསྟོད་པར་འབྱུར་གྱི་གཞན་དུ་མིན།  
 ཟབ་ཞི་སྟོས་བུལ་རང་བཞིན་འདྲ་གསལ་འདུས་མ་བུས་བ་བདུད་ཅིའི་གདམ་གྱི་སྤང་  
 བྱེད་འདྲ་བས་ལྷེ་འཕུལ་ནམ་པར་བསྟོད་པ་ཡིས། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་པ་  
 མཐའ་བུལ་བ་འཁོར་འདས་ཚོས་གྱི་རང་རྩལ་དག་གི་བྱི་བཟང་ཁང་བའི་སྟོ་འཕར་  
 བདེ་སྐྱབས་བྱེད་པ་ན། །བརྟེན་ཤེས་འདབ་ཆགས་དོན་གཉིས་འཕྲུར་ལྷིང་ཅི་དགའ་  
 ལ་ཆགས་སྐལ་བཟང་རྟེན་དུག་སྟོན་རབས་ལེགས་སྤངས་བག་ཆགས་འབུག་པོའི་

གཉིད་སངས་ལ། །སྒྲིང་སྒྲིང་ཡན་ཚུན་མཛེེ་གཙུགས་འཐམས་དེ་བྱུང་དུ་འཇུག་  
 པའི་དགོངས་ཟབ་སྒྲིང་ཅིའི་ཐེག་ཡེ་དག་ལ་མཚུ་ཡིས་བསྐྱེད་ཞིང་ཅི་དགར་འབྱུང་།།  
 ཞེས་སྒྲིང་པ་བྱུང་མེད་པ་ལ་ཟབ་མེད་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་གསུངས་པའི་སྒྲིངས་བསྐྱོད་པ་ཡེགས་པར་བཤད་པའི་སྒྲིང་  
 པོ་ལས་བརྒྱམས་དེ་སྒྲིལ་མར་བསྐྱོད་པ་དོས་ཀྱི་ཚུལ་དགོངས་དོན་ནང་མེད་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྒྲིང་པར་ཀྱུ་རྒྱུ་ལྟེ་བ་ལས་  
 སྒྲིང་བ་དོན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་མཛོད་པའི་ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པའི་སྐད་སྒྲིང་འབྲེལ་པོ། མ་དོན་དམ་ཚིགས་སྒྲུ་མཁའ་  
 ཁྲུབ་དབྱིངས་སུ་ནམ་པར་འབྲེལ་བ་ཀྱལ་ནམས་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་མའི་འཕྱུལ། །འགྲོ་  
 ཁམས་ཀྱི་མཚོའི་མོས་པའི་རྗེས་མོང་སྤྱོད་གས་གཙུགས་ཀྱི་སྒྲིངས་གར་ནམ་པར་  
 བསྐྱུར་བ་ཡིས། །མཐའ་མེད་འཁོར་བའི་སྒྲུག་རུམ་ལུན་པ་གཅིག་ཅར་ཉིད་དུ་མཛོད་  
 པར་གཞིལ་ལ་ཆེས་དཔའ་བ། །ཡལ་གཅིག་འཇམ་མགོན་ཡི་ཁྲིའི་ལང་ཚོས་ནམ་  
 པར་སྒྲིག་དེའི་ཞབས་མེན་འོད་དམར་སྒྲིང་གར་ཅིན། །སྒྲིང་ཞིའི་སྒྲིང་དགུ་འབྲེལ་  
 བ་ཆངས་པའི་མཚོ། །འཕྱུར་བའི་རྒྱབས་ཀྱི་སྒྲུབ་ཀྱི་དོད་པ་ལས། །མཚར་སྒྲུག་  
 ལང་ཚོའི་ཉིང་ཁུར་སྒྲིན་པའི་ལྷ། །ལོངས་སྒྲིང་འཁོར་ལོའི་གུར་དུ་ཅིད་འཛེས་  
 རོལ། །མཐུན་མིན་བསྐྱོད་བསྐྱུགས་གཡས་སུ་འབྲེལ་བའི་དུང་། །རྒྱུད་པའི་  
 རིམས་ནད་དབྱིངས་སུ་གཞིལ་བྱེད་ཅིང་། །ས་གསུམ་ཤིས་པ་སྒྲུབ་པའི་དབྱངས་  
 སྒྲིན་ཅན། །སྒྲིང་ཡང་ལྷག་བསམ་དབྱགས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བསྐྱུལ། །སྒྲིན་གཞན་  
 རྗེས་སྒྲིགས་ཚུར་མཛེས་པ། །གངས་མེར་ཆངས་བདེ་རིག་བྱེད་མཐའ། །གསང་  
 བ་ཀྱལ་དཔོག་དཔྱོད་པ་བ། །ཞི་བ་བྱེ་རིག་ཕྱོགས་གོས་ཅན། །མོངས་པས་བྱན་  
 དུ་བཟུང་བ་ཡིས། །གང་ཞིག་སྒྲོད་དང་ཞེ་འགས་པ། །དེ་ཡིས་རང་བཞིན་མེད་  
 པའི་སྒྲུ། །མི་བཟོད་གུར་ལ་མཚར་ཅི་ཡོད། །སྒྲོབ་པ་ཉིད་མའི་རིགས་འབྱུངས་  
 སྐས། །དངོས་པོ་མེད་སོགས་གསུངས་པའི་དོན། །གཞན་དངོས་དགག་དང་  
 སྒྲིང་རྒྱུང་སྒྲུ། །དེ་བོ་ཉིད་མེད་གསུམ་དགོངས་ཞེས། །སྒྲོད་ཀྱི་གསུང་གི་གཅེས་

པའི་མཛོད། །བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་ཁས་སྒྲངས་ནས། །སྟོང་ཉིད་རོ་མི་བཟོད་  
པ། །འདི་ལ་ཁོ་བོ་འཆར་གྱུར། །རྟེན་ཅིང་འབྱུང་ལས་སྟོང་གཞན་མིན། །སྟོང་  
པ་མེད་པར་རྟེན་འབྱུང་གང་། །དེ་སྐད་བརྟེན་ནས་གང་འབྱུང་བ། །སྟོང་པ་ལེགས་  
པར་མགོན་པོས་གསུངས། །སྟོས་མེད་རོ་བོས་གྲུབ་པ་རུ། །འཛིན་པའི་ནད་  
ཀྱིས་གདུངས་པ་ནམས། །གསོ་བ་སྒྲ་མེད་རྟེན་འབྱུང་གི། །སྟོང་བྱན་སྟན་ཡང་  
དུག་འགྱུར་མཆར། །རང་བཞིན་མེད་ལ་བཀྱི་བའི་སྟོ། །སྒྲ་མེད་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
འབྱུང་གི། །མིང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་རང་བཞིན་དུ། །འཛིན་ནད་ཀོ་སྟེ་པོ་འདི། །འཕགས་  
མཆོག་ནམས་ཀྱིས་ལེགས་བཟོད་པའི། །འདུག་ངགས་རྒྱ་དང་བལ་གྱུར་པ། །ཁྱོད་  
དབྱེས་གྱུར་པའི་ལམ་བཟང་དེར། །ཐབས་གང་གིས་ནི་བཀྱི་བར་བྱ། །ཚུལ་ལུགས་  
འབྱེད་པའི་སྟོ་ཡི་མིག་སྟོངས་རང་ཉིད་གར་འགྲོ་གཏོ་ལ་མེད་གྱུར་གྱང་གཞན་དག་  
འཁྲིད་པའི་དམིགས་བྱའི་བརྟུལ་ཞུགས་གཡོ་སྐྱས་འཛིན། །སྟོན་པར་ཁས་འཆེ་  
སྤྲ་སྟེགས་འཆལ་བ་མཆོན་མོར་བྱེད་པའི་ངན་རྟོག་ཟེར་གྱིས་འགྲོ་བའི་སྟོ་ཡི་དཔལ་  
གྱི་འདབ་ཅན་ཟུམ་གྱུར་པ། །ནི་མའི་གཉིན་གྱུར་སྤྱིད་པའི་མིག་གི་དཀྱིལ་འཁོར་  
དག་ཏུ་གཟི་བརྗིད་རབ་འབར་སྐྱེ་དག་དག་གི་རྒྱབས་ཆེན་བསོད་ནམས་མཁའ་དབྱིངས་  
སྤྱ། །མངོན་པར་ཤར་བའི་འོད་ཀྱི་བརྒྱབས་བདུད་ཅིས་བྲན་པས་འདབ་སྟོང་གོ་ལ་  
བའི་ངང་ཚུལ་ལ་ཆགས་ཀྱང་དུག་སྐྱེ་ཡི་རོལ་པ་འཛིན། །ཞེས་སྟོན་པ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ལ་ཟབ་  
མོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བཀའ་སྤྱངས་པའི་སྟོན་པ་སྟོང་པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྤྱིང་པོ་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་སྤེལ་མར་བསྟོད་  
པ་དངོས་ཀྱི་ཚུལ་དགོངས་དོན་ཟད་མེད་ནས་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྟོ་འཕར་རྒྱ་ཆེར་བྱེད་པ་ལས་སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་མཛོང་  
བའི་ཉེས་དམིགས་བསྟན་པའི་སྐྱ་སྟེ་ལཱ་པོ། ། མེ རྒྱང་བཀྲག་སྟོས་པའི་ཡོ་ལང་ཇི་སྟེད་པ།  
སྟོང་པའི་གཤིས་སྤྱ་རོ་མཉམ་ཉིད་གཟིགས་པའི། །ཡེ་ཤེས་དཔར་མེར་འོད་ཀྱི་  
ཕུང་པོའི་སྐྱར། །རབ་བཞེངས་ཟུར་ཕུད་ལྔ་བས་རྟག་སྟོངས་མཛོད། །སྒྲ་པའི་

འདིག་རྟེན་འཇུག་པའི་བཞིན་རས་ལས། །ཡུལ་ཟུར་མིག་ཞགས་པའི་འབྲུལ་  
འཁོར་གྱིས། །སྤྲིད་གསུམ་ཡིད་ཀྱི་བརྟན་པ་འཕྲོག་བྱེད་མས། །སྤྲོ་བ་དག་གི་  
གཏོར་བརྒྱ་ཁོལ་བར་མཛོད། །ཡབ་རྗེ་རྒྱལ་བའི་གསུང་གི་གསང་བ་ཡི། །མཛོད་  
ཀྱི་གཅེས་པ་ཟབ་མོ་རྟེན་འབྱུང་ཚུལ། །དབང་དུ་བྱ་བའི་འཁོར་ལ་རི་ལྟར་དུ། །འདོམས་  
པ་དེ་ལྟར་བསྐྱུགས་པའི་རྗེས་སུ་ལྷོག། །སྟོང་པ་ཞེས་བྱ་དོན་བྱེད་པས། །སྟོང་  
པའི་དོན་མིན་བདེན་པས་ཏེ། །རྟེན་འབྱུང་རྒྱུ་ལས་རང་བཞིན་གྱིས། །འབྱུང་  
བའི་དོན་མིན་སྦྱུ་མའི་ཚུལ། །དེ་ཕྱིར་སྟོང་དང་རྟེན་འབྱུང་གི། །སྦྲ་དོན་ལེགས་  
པར་ངེས་པ་ན། །གཞི་གཅིག་ལ་ནི་སྤྲང་སྟོང་གཉིས། །མི་འགལ་འདུ་བ་ནིད་  
འབྱུར་གྱི། །རང་བཞིན་བཅོས་མིན་བསྟོས་མེད་དང་། །རྟེན་འབྲེལ་བསྟོས་དང་  
བཅོས་མ་གཉིས། །རི་ལྟར་བྱ་ན་གཞི་གཅིག་ལ། །མི་འགལ་འདུ་བ་ནིད་དུ་འགྱུར།  
དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་གང་། །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་གདོད་མ་ནས། །ནམ་  
པར་དབེན་ཡང་དེར་སྤྲང་བས། །འདི་ཀྱན་སྦྱུ་མ་བཞིན་དུ་གསུངས། །ཞེ་མའོ་  
མགོན་པོས་གང་ཞིག་ལས། །ཀྱན་རྫོབ་དང་ནི་དོན་དམ་པ། །བསྟན་པ་དེ་ལས་  
རིམ་བཞིན་དུ། །འཇུག་ཕྱོག་ཚུལ་ནི་གསུངས་པ་ལགས། །ཁྱོད་ཀྱིས་རི་ལྟར་  
བསྟན་པ་ལ། །ཁོལ་བ་འགས་ཀྱང་ཆོས་མཐུན་དུ། །ཐུགས་མི་རྟོག་པར་གསུངས་  
པ་ཡང་། །འདི་ནིད་ཀྱིས་ནི་ལེགས་པར་འབྲུམས། །འགལ་འདུའི་མཚོན་གྱིས་  
རང་གི་ལུས། །མས་སྤྲད་སུ་སྟེགས་ཁོལ་བཅུམས་པ། །ཡན་ལག་བཞི་ལྟར་  
དམག་དཔུང་གཡུལ། །བརྒྱུག་འདོད་དཔུས་ཡོང་དཔུག་ཐོགས་བཞིན། །ཅི་  
སྤྲད་ཅི་ན་འདི་བཤད་པས། །མཐོང་དང་མ་མཐོང་དངོས་པོ་ལ། །སྟོ་འདོགས་པ་  
དང་སྦྲར་འདེབས་གྱི། །གོ་སྐབས་རིང་དུ་མཛད་ཕྱིར་རོ། །ཁྱོལ་འབྲས་སྦྱུ་གཉིས་  
ཟུང་འཇུག་པ། །ཁྱོལ་བྱེད་ཐབས་ཤེས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི། །རྗེས་འཁྱོད་ཡང་དམིགས་

པ་ཡི། །སྤང་སྟོང་ངེས་ཚུལ་ལ་རག་གྱིར། །ཁྱོད་ཀྱི་སྤྲོ་བ་ཟེད་པར། །མཐོང་  
བའི་རྒྱ་མཚན་རྟེན་འབྱུང་གི། །ལམ་འདི་ནི་ད་ཀྱིས་གསུངས་གཞན་ཡང་། །ཁོད་  
མར་གྱུར་པར་ངེས་པ་སྟེ། །སྤྱོད་ཆོགས་ཁམས་ཀྱི་མོས་པ་མང་ལྷན་དེ་བཞིན་རེ་  
བའི་ཡིད་ཀྱི་ཞགས་པ་དམ་པོས་ཀྱན་ནས་བཅིངས་གྱུར་པ། །དེ་དག་ལ་ནི་རང་  
སྤུལ་འཆམས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྟོ་མོ་བགྱང་མཐའ་ཡས་པ་དེ་སྟོད་གསུངས་པ་དེ་སྟོད་  
ཀུན། །རྟག་ཆད་མཐར་ལྷའི་གཡང་སར་མཆོངས་ལ་རྩ་བ་ལྟར་གྱུར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
འབྱུང་སྟན་པའི་སྤྲིང་བྱ་རྒྱུད་གཅིག་པའི། །གདངས་སུ་གཞོལ་བས་ལེགས་གསུང་  
ཀུན་རྒྱལ་དན་དབང་བྱེ་བའི་རི་སྟེས་བྱ་མོ་དབང་མེད་སྟོགས་དེར་ཡི་ག་བསྐྱར། །ཞེས་  
རྟོག་པ་སྒྲུབ་མེད་པ་ལ་ཐབས་ཅི་ཅི་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་གསུངས་པའི་སྟོན་པ་སྟོད་པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྟོང་པོ་ལས་  
བརྒྱུ་མཉམ་ཉེ་སྤྲེལ་མར་བསྟོད་པ་དངོས་ཀྱི་རྒྱུ་དགོངས་དོན་ནད་མེད་ནམ་ལུགས་མཐོང་གྱི་སྟོང་ཡང་རྒྱ་ཆེར་བྱེད་པ་ལས་རྟོད་བ་  
རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་ཀྱི་གསུངས་པས་མཐར་ལྷ་སྟོང་ཞིང་དག་འཐམས་ཅད་ཆད་མར་བསྐྱབས་པའི་སྤྲོ་བ་སྟོད་གཤམ། །

ཕ། བཀྲིན་རབ་རལ་གྱི་འབར་བའི་འཕྲུལ་འཁོར་གྱིས། །གནིས་སྤང་འབྲུལ་  
བའི་ཐོག་རྩ་བཅད་པའི་ཁྲག། །དམར་མེར་མཚམས་སྤྲིན་གཞོན་རྩའི་རང་མདངས་  
སུ། །འཕོས་པ་འཇམ་མགོན་སྟོ་ཡི་གཏེར་དེས་སྟོངས། །བཙེ་ཆེན་བདེ་བ་དབྱིངས་  
སུ་ཞུགས་པའི་གདངས། །སྤྲོ་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ་སྟན་པའི་རོ་བརྒྱ་བར། །རྗེས་  
ཆགས་ཆངས་པའི་ཡིད་ལས་རང་བྱུང་ལ། །འཁྱུར་རྒྱུད་མངས་མགྱིན་པའི་དོ་  
རར་རྩངས། །འཇམ་མགོན་མི་ཡི་ཐོལ་འཆང་ཡབ་རྗེའི་གཞུང་། །ཟབ་བཅིང་  
ཆེག་རེར་རིགས་ཚུལ་བརྒྱ་སྟག་གི། །སྤང་བསྐྱར་རི་མོ་རྩོགས་པའི་མེ་ལོང་འདིར། །  
མིག་ནི་དོན་ཡོད་འདོད་པས་བལྟ་བར་རིགས། །འདུས་ཤིང་བྱས་ཀུན་སྤྲོད་ཅིག་  
མ། །ཟག་པའི་རྒྱས་བྱུང་སྟུག་བསྐྱེད་ནིད། །དམིགས་མོ་ཙག་ཀུན་བདག་  
གིས་དབེན། །མྱ་ངན་འདས་གཅིག་ཞི་བམིལ་ཆོས། །དོན་བཞིན་གཟེགས་ནས་

ལེགས་གསུང་བ། །སྟོང་གྱི་རྒྱུ་སྒྲོབ་པ་ལ། །རྟུང་བ་ཐམས་ཅད་རིང་དུ་  
 བྱུར། །ཉིས་ཀྱན་ཙམ་ཐོག་ཕྱིར་རོ། །ཁ་ཅིག་ཆད་པར་ལྟ་བུ་ནི། །མནར་མེད་  
 མེ་ཡི་བུད་ཤིང་ཉིད། །གཞན་དག་རྟག་པར་ལྟ་བ་ཡང་། །སྤྱིད་གསུམ་བརྟུང་  
 མར་འཁོར་བའི་གཞི། །སྟོང་གྱི་བསྟན་ལས་ཕྱིར་སྟོགས་པས། །ཡུན་རིང་ངལ་  
 བ་བསྟེན་བྱས་ཀྱང་། །ཕྱི་ཕྱིར་སྟོན་ནམས་པོས་པ་བཞིན། །བདག་དུ་ལྟ་བ་བརྟན་  
 ཕྱིར་རོ། །བདག་ལཱའི་ཞེན་ཡུལ་སྦྱབ་འགོག་པས། །རང་གཞན་གཅིས་པར་  
 འཛིན་བསྐྱང་སྟེ། །བྱི་མས་བསྟོས་ཤིང་དག་འགྱུར་བྱུང། །དུག་དང་བདུད་ཅིས་  
 མཚོན་རུས་མིན། །ཞེ་མའོ་མཁས་པས་འདི་གཉིས་ཀྱི། །བྱུང་པར་ཁོང་དུ་ཚུད་  
 བྱུར་པ། །དེ་ཆོ་རྒྱུད་གི་ཁོང་ནས་ནི། །སྟོང་ལ་ཅི་ཕྱིར་གྱས་མི་འགྱུར། །བསྟུས་  
 རྒྱས་མངའ་ལ་བསྟན་དོར་བལ། །ནམ་གངས་མང་ཡང་སྒྲོས་བུས་དབེན། །སྟོས་  
 པ་རྒྱ་ཆེ་སྒྲིང་པོ་ཅན། །ཀྱན་གྱང་དོན་དམ་ལ་གཞོལ་བ། །སྟོང་གསུང་དུ་མ་ཅི་  
 ཞིག་སྟོས། །ཆ་ཤས་ར་ཡི་དོན་ཅམ་ལའང་། །འོལ་སྦྱི་ཅམ་གྱི་ངེས་རྟེན་པ། །དེ་  
 ལའང་མཚོག་གི་བདེ་བ་སྟེར། །རྒྱུ་བསྟན་གསུང་གི་ཆོ་འབྱུལ་གྱིས། །སྤྱིད་  
 ཞིའི་འཛིན་ལས་སྟོལ་མཁས་པ། །སྦྱབས་འོས་གཅིག་ཕུ་སྟོང་བཏང་ནས། །གཞན་  
 འཚོལ་གང་དག་ལས་ཀྱིས་གནོངས། །འགོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་རེ་བའི་འདུན། །གཅིག་  
 ཅར་སྟོང་ཞིང་དགེ་ལེགས་ཀྱི། །སྟོག་ཟུངས་བརྟན་བྱེད་བདུད་ཅིའི་ཆོས། །བགོ་  
 བཤའ་འགྱིད་པ་སྟོང་གཅིག་ལགས། །ཀྱེ་རྟུང་བདག་སྟོང་མེས་པས་བཅོམ། །འདི་  
 འདའི་ཡོན་ཏན་ཕུང་པོ་ལ། །རིང་ནས་སྦྱབས་སུ་མོང་གྱུར་གྱང་། །ཡོན་ཏན་ཆ་  
 ཅམ་མ་འཆལ་དོ། །འོན་གྱང་འཆི་བདག་ཁར་སྟོགས་པའི། །སྟོག་གི་རྒྱན་ནི་  
 མ་རྟུབ་པར། །སྟོང་ལ་ཅུང་ཟད་ཡིད་ཆེས་པ། །འདི་ཡང་སྐལ་བ་བཟང་སྟམ་  
 བགྱིད། །བྱེད་པོ་རང་དབང་མེད་ཅེས་སེམས་སྟོབས་སྟེ། །སྟོག་བཞིན་བྱེད་ལས་ཀྱན་

རིས་སྒྲ་སྒྲོན། །འཁོར་འདས་རང་བཞིན་རྣམས་མ་དཔྱད་དང་། །ཀུན་གྱིས་  
 རྒྱ་འབྲས་ཚུལ་བཞིན་འཛིག་ཤེས་མྱིར། །སྒྲོན་པའི་ནང་ན་རྟེན་འབྲེལ་སྒྲོན་པ་དང་། །  
 ཤེས་རབ་ནང་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཤེས་པ་གཉིས། །འཛིག་རྟེན་དག་ན་རྒྱལ་བའི་དབང་  
 བོ་བཞིན། །ཡུལ་གྱི་ལེགས་པར་ཁྱོད་མཁྱེན་གཞན་གྱིས་མིན། །སྤྱོད་པ་དང་།  
 རིས་བྲལ་ནས་མཁའི་མཐས་གདུགས་འགྲོ་བའི་ཡིད་ཀྱི་ཉལ་འགྲོ་མ། །འབྲུལ་  
 བའི་ལག་ལྷན་རྒྱག་ཅིང་མཆོངས་པའི་རྟོག་པས་རབ་དུ་བཞེས་གུར་ཏེ། །ཀུན་  
 དུ་རྟོག་པའི་རྣམས་མང་རབ་བསྐྱངས་སྟོག་པའི་བྱི་མ་མཆིས་སོ་ཙག །དག་བྱེད་ཆད་  
 མ་ཉིད་གུར་སྒྲོན་མེད་ཀེ་ཏ་ཀའི་ཁྱོད་གཅིག་ཉིད། །ཅིས་སྒྲོན་པ་སྒྲན་མེད་པ་ལ་ཟབ་ལོ་རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བཀུར་ས་པའི་སྒྲོན་པ་བྱོད་པ་ལེགས་པར་བཀྱད་པའི་རྟིང་པོ་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་སྤེལ་མར་བཞོད་པ་  
 དངོས་ཀྱི་རྒྱལ་དགོངས་དོན་ཟད་མེད་ནས་ཕལ་པ་མཛོད་ཀྱིསྟོང་མར་རྒྱ་ཆེར་སྤྱོད་པ་ལས་སྒྲོན་པ་ཉག་གཉིས་ཀྱི་ལྷོ་ལ་བོད་ན་གཉིར་  
 ལ་མི་བསྐྱུ་བར་བསྐྱུ་བས་པའི་ས་ཆ་ལྟེ་བདུན་པོ། ། ༩ ཆོས་སྒྲ་སྒྲོ་མེད་མཁའ་ཡི་རང་བཞིན་  
 སྤྱི་བ་བྲལ་དབྱིངས་སུ་རོ་མཉམ་ཉིད་ལུགས་རྒྱལ་ནམས་ཡི་ཤེས་སྒྲུ་འབྲུལ་གར་། །  
 མཆོན་དཔེ་སྤང་བྱེད་འོད་ཀྱི་ཅེ་དགས་ཀུན་མོངས་སྟན་པའི་སྤྲལ་རུམ་མཐར་བྱེད་  
 རྟེན་རྟོན་པོར་འབར་བ་ཡི། །གཟི་བྱན་འོད་དམར་ལི་ཁྱིའི་ཐེགས་འཕྲེང་རྒྱན་གྱིས་  
 ཉག་བསྐྱངས་ཆོས་འཁོར་པརྫོ་ནམ་པར་བཞད་པའི་གེ་སར་གྱི། །དོག་པའི་དངོས་  
 ཀུན་ཡུང་རྟོགས་སྤང་ཅིའི་བཅུད་ཆགས་ལ་རོལ་རྟེན་དུག་སྒྲུ་ཡིས་རྒྱལ་བསྟན་ཁོར་  
 ཡུག་འགོངས་པར་མཛོད། །བཛོད་བྲལ་ཐུགས་ཀྱི་གསང་བ་ཀུན་འདུས་ཁམས་། །  
 མཆོན་དཔེའི་སྤྱིང་པོར་སྤྱིན་པ་སྒྲུ་དབྱངས་སྟ། །ཆོས་དོན་ནམ་འབྱེད་སྟོབས་པ་  
 དག་ཆིག་གཏེར། །སྤྱིང་མཁྱིན་འཁོར་ལོའི་ལྷོ་བར་དེང་འདིར་རྟོལ། །རྒྱལ་  
 ནམས་དགོངས་མཐེལ་རྟེན་འབྱུང་བེ་མང་སྒྲ། །གཅིག་ཉིད་དབང་པོར་འཆོམས་  
 པའི་སྤྱ་ཆོར་གདངས། །ཀུན་གྱི་ཞི་བ་མཆོག་གི་དཔལ་སྟེར་བའི། །ཐབས་སུ་

སྒྲིང་དགུར་འཁྲོལ་བར་རྫོང་སྤྲེལ་བྱས་པ་དང་། ། རྒྱ་  
ཆེ་ས་དང་པར་སྤྲིན་མོས། ། ཟབ་མོར་སྒྲག་པར་གྲུས་པ་ཡི། ། འགྲོ་ཁམས་རྒྱ་  
མཆོའི་སྒྲལ་བ་བཞིན། ། ཁྲོད་ཀྱིས་རི་སྒྲིང་བཀའ་སྒྲལ་བ། ། རྟེན་འབྲེལ་ཉིད་  
ལས་བརྒྱལ་ཏེ་འདུག ། དེ་ཡང་སྤྲུང་ན་འདའ་སྤྲིར་ཏེ། ། ཞི་འགྱུར་མིན་མཛད་  
ཁྲོད་ལ་མེད། ། རྒྱལ་པའི་འདབ་བྱིང་དགའ་བོ་གཙུང་། ། གདུམ་ཆེན་ཁྲོས་པ་  
སོར་མོའི་འབྲང་། ། གཏི་སྤྲུག་སྤྲུག་འབྲུམ་ལས་ཁུང་སོགས། ། རྫོང་བསྒྲན་  
འབྲུལ་གྱིས་ཞི་བར་བྱངས། ། གྲེ་མའོ་ཁྲོད་ཀྱི་བསྒྲན་པ་ནི། ། གང་གི་ན་བའི་ལས་  
སོང་བ། ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཞི་འགྱུར་སྤྲིར། ། ཁྲོད་བསྒྲན་འཛིན་པར་སྤྲེལ་བྱས། །  
སྤྲེལ་ཏེ་ཁྲོད་ཀྱི་རྫོང་སྤྲེལ་ཏེ་མོས་པ་དང་། ། རིགས་ཚུལ་བརྒྱ་ལྷན་ཆད་མ་ཅན། ། བདེན་  
པ་གཉིས་ལ་ལེགས་བརྟེན་ཅིང་། ། མཛོན་མཐོངས་ལེགས་ལས་བརྒྱལ་སྤྲིར། །  
ཕས་ཚོལ་མཐའ་དག་འཛོམས་པ་དང་། ། ལྷག་འོག་འགལ་འདུས་སྒྲིངས་པ་དང་། །  
སྤྲི་ལྷའི་དོན་གཉིས་སྤྲིར་བྱེད་པ། ། ལྷགས་འདིར་ཁོ་བོ་སྤྲོ་བ་འཕེལ། ། གང་  
གིས་རྫོང་བསྒྲན་ཉི་མ་འབར་བའི་འོད་ཀྱི་གདེངས་ཀ་ནས་པར་བསྟོན་པས་རིག་པ་  
ན། ། སྒྲིང་གི་རི་པོའི་བ་གམ་དག་ལ་རིང་ནས་ཉལ་བའི་སྤྲིན་པའི་འབྲང་བ་རྒྱབ་  
འགྱུར་ཞིང་། ། དགེ་ལེགས་པུའི་ནགས་ཆལ་དར་བར་ནམ་གྲོལ་མ་རྩུ་ར་ཡི་ཐིག་  
ལེ་མཛོན་པར་འཛིན། ། ཞི་དུལ་བྱི་མེད་གེ་སར་ལ་ཆགས་ཀླང་དུག་ཡོངས་ཀྱི་འདུག་  
དོགས་གཅིག་གྱུར་ཨོམ་དོ། ། ཞེས་སྟོན་པ་སྤྲིན་མེད་པ་ལ་ཟབ་མོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་གསུངས་  
པའི་སྤྲིན་པ་བསྟོན་པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྒྲིང་པོ་ལས་བརྒྱལ་ཏེ་སྤྲེལ་མར་བསྟོན་པ་དངོས་ཀྱི་ཚུལ་དགོངས་དོན་ཟད་མེད་  
ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྤྲོ་འཕར་རྒྱ་ཆེར་བྱེད་པས་བསྒྲན་པ་ཁོ་ན་ཐར་འདོད་ཀྱི་འདུག་དོགས་སུ་བསྒྲན་པའི་སྤྲིན་པ་བྱེད་པ་དོ། །

༩ གང་གི་ཞབས་སེན་ནོར་བུའི་འོད་ཀྱི་རྒྱབས། ། རལ་བའི་ནགས་སུ་འབྲུལ་  
བའི་དཔའ་བོ་དག ། མི་ཤེས་མོངས་པ་བཅོམ་པའི་རྒྱལ་རྩ་ཆེ། ། བདུངས་པས་



ས་གསུམ་གྱིས་པ་སྐྱབ་དེས་སྟོངས། །ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་མ་འབྲུལ་གྱི་ལང་ཚོའི་དཔལ། །  
 སྐྱག་གུ་སྒྲིང་ན་མཛེས་པའི་ཉིང་བྱའི་བཅུད། །དྲི་ཟའི་ཆལ་ན་སྒྲིག་འཆང་རོལ་  
 པ་མོ། །རེ་བའི་ཤིང་ན་རིན་ཆེན་གསུམ་གྱིས་སྟོངས། །སྒྲིང་ནས་གུས་པ་མཆོག་  
 གི་བཞིན་རས་རྒྱས། །རིགས་ཚུལ་སྟོང་གིས་སྐྱད་པའི་འབྲུང་འབྲུལ་གཡོ། །ཟང་  
 གུ་དཔག་དཀའི་རྒྱུ་བསྐྱེད་མི་ན་ཀམ། །དྲི་མེད་ཆོག་གིས་སྒྲིག་པའི་གར་གྱིས་  
 ཅེན། །སྒྲིང་འདྲིར་ནོར་དང་གཏེ་སྒྲིང་དུ། །མོངས་ནམས་གཅེས་པའི་སྟོག་གྲང་  
 འདོར། །དབྱིག་གི་སྒྲིང་པོ་མཁུན་ཁྱོད་བཞིན། །ལེར་བཤད་སྟོག་གིས་འཇལ་  
 པ་སྟུ། །འདི་ཡི་སྒྲིང་དུ་ཁྱོད་ཀྱིས་ནི། །ལ་ལར་སྐྱུ་དང་གཞན་དུ་སྟོག་ །སྐྱག་  
 པའི་གཉེན་དང་ལོངས་སྟོད་ཆོགས། །གངས་མེད་སྐྱལ་བར་ཡང་ཡང་བཏང་། །  
 མི་བསྐྱེད་རྒྱུ་པ་དག་ལས་གྲང་། །སྐྱུ་ལུས་གཏལ་མར་བཞག་བྱས་ནས། །ཁྱོད་  
 ཀྱིས་ལེགས་བཤད་སྒྲངས་གྱུར་ན། །དམ་པ་དག་ལས་སྟོས་ཅི་འཆལ། །གང་  
 གི་ཡོད་ཏན་མཐོང་པ་ཡིས། །ལྷགས་གུས་ཏེ་ལ་རི་བཞིན་དུ། །ཉིད་ཀྱི་བྱགས་  
 དངས་ཆོས་དེ་ནི། །ཁྱོད་ལས་མ་ཐོས་སྐྱལ་བ་ཞན། །ཡེ་ཤེས་སྐྱུ་མའི་ལང་ཚོའི་  
 སྐྱུ། །བཟོ་བས་མི་ངོམས་རང་བཞིན་ཅན། །སྒྲིང་གའི་མིག་གི་བདུད་ཅི་གང་། །  
 དངོས་སྐྱུ་མ་འབྲུངས་བམོད་ནམས་སྟུ། །དེ་ཡི་བྱང་ན་བྱགས་ཀྱིས་ནི། །སྐྱག་  
 པའི་བྱུ་ལ་མ་ཡི་ཡིད། །རྒྱུ་སྐྱུ་མོང་བ་རི་བཞིན་དུ། །བདག་གི་ཡིད་ནི་གཏོང་  
 མི་བྱེད། །ངག་གྲང་དབྱགས་རྒྱང་རང་མོར་ནི། །མི་གནས་དབྱུང་བ་རིང་པོས་  
 འདལ། །ལུས་ཀྱི་འབྲི་ཤིང་ཚུར་བལ་ཞིང་། །མཆི་མའི་རྒྱན་གྱི་དོ་ཤལ་སྒྲིག་ །འདི་  
 ལའང་ཁྱོད་གསུང་བསམས་པ་ན། །མཚན་དཔེའི་དཔལ་གྱིས་རབ་དུ་འབར། །འོད་  
 ཀྱི་བྱང་བས་ཡོངས་བསྟོར་བའི། །སྟོན་པ་དེ་ཡི་ཆངས་དབྱངས་ཀྱིས། །རྒྱུ་སྐྱུ་  
 བསྐྱེད་པ་བསྐྱུ་མེད་བཀའ། །ཐོག་མ་བར་མཐའ་དག་བ་ཅན། །ཐོས་ཤིང་མེས་

དང་སྟོམ་པ་ན། །ཡིད་ལ་བདུད་ཅི་ཉིད་འགྱུར་བ། །འདི་ནི་འདི་ལྟར་གསུངས་  
སྟུང་། །ཡིད་ལ་བྱུང་པའི་གཟུགས་བརྟན་ནི། །ཤར་བ་ཙམ་ཡང་ཆ་བ་ཡིས། །  
གདུངས་ལ་རྩ་ཟེར་བཞིན་དུ་སྟུང་། །སྤྱིད་པའི་ཆ་གདུང་ཡོང་ཡི་གཞིལ་བྱེད་ཅིང་། །  
ཞི་བསིལ་ནམ་གྲོལ་བདུད་ཅིའི་ཆར་འབབས་པ། །སྤྱོད་པའི་རྩ་བ་མཆོག་གི་འདུམ་  
ཞལ་ལོད། །རིག་པ་དེ་དག་ཀུན་གྱང་ཐུག་བྱར་འོས། །གང་གི་དཀའ་སྤྱད་གཏམ་  
སྟན་སྒྲུ་དབྱངས་སྒྲ་དང་སྒྲ་མིན་མི་འམ་ཅི་དང་བྱི་ཟའི་བྱ་མོས་མཛོན་པར་བསྒྲགས་  
པ་འོད་སྟོང་ཟེར་འབྲང་སྟོས་པ་ན། །ལུས་མེད་བདག་པོའི་བཀའ་ཡི་མངགས་  
གཞུག་མཐོ་རིས་བྱ་མོ་མིག་གི་བྱང་བ་ནམ་པར་གཡོ་ལུན་བཞིན་རས་ཀྱི་སྤྱད་ནགས་  
ཆལ་དག་ནི་བྱམ་འགྱུར་ཞིང་། །ཁྱོད་གས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དོར་ཡངས་པོར་དགེ་མཆོན་  
པསྒྲའི་དགའ་ཆལ་དར་བར་སྤྱི་དགྲའི་སྤྱང་ཅིའི་བརྒྱལ་ཞུགས་པ་ནམས་སྤྱང་ཆར་  
བདུང་བས་རབ་ཆོམ་སྟེ། །སྤྱིད་པའི་ཤིས་བརྗོད་སྒྲུ་ཡི་འགྱུར་བྲུག་ཁོར་ཁོར་ཡུག་  
ཀུན་དུ་སྟོག་མཛད་དེ་ཡི་བཀའ་དྲིན་དཔལ་བེའུའི་རི་མོ་མ་འབྲེས་སྤྱིང་གི་མེ་ལོང་  
དོས་སྤྱུ་བཀོད། །ཅིས་སྟོན་པ་སྒྲན་མེད་པ་ལ་ཟབ་མོ་དྲིན་ཅིང་འབྲལ་པར་འབྱུང་བ་གསུངས་པའི་སྟོན་པ་བསྟོད་  
པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྒྲིང་པོ་ལས་བཅུ་མས་དེ་སྤེལ་མར་བསྟོད་པ་དངོས་ཀྱི་ཚུལ་དགོངས་དོན་ཟད་མེད་ནམ་མཁའ་མཛོད་  
ཀྱི་སྟོང་པར་རྒྱ་ཆེར་བྱེ་བ་ལས་སྟོན་པའི་བཀའ་དྲིན་རྒྱུ་དྲན་ཚུལ་གྱི་སྟུང་སྟེ་དགྲུ་བའོ། ། ༥ མཐའ་དག་  
ཤེས་བྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྤྱང་བརྟན་རིས། །རྒྱལ་བལ་མེ་ལོང་ཡི་ཤེས་དོས་ཉིད་  
དུ། །འགོག་མེད་བཀྲ་བ་ལི་ཁྲིའི་ལང་ཆོ་ཅན། །རྟག་པར་མི་ཤིགས་མེམས་སྤྱུ་  
གཉིས་མེད་རོལ། །གང་གི་མཛོས་སྤྱུག་མཆོན་དཔའི་འོད་རིས་འབུལ། །ཉིང་  
འཛིན་པོར་གྱིས་སྤྱིང་ལ་སྤུས་འགོད་པ། །དེ་ཡི་ལོངས་སྤྱོད་འཁོར་ལོའི་སྤྱུབས་  
ཀྱི་བྱ། །ཁྱོལ་བའི་དམ་པ་སྤྱིན་མཁས་མ་དེས་སྟོངས། །ཡབ་རྗེའི་ལེགས་གསུང་  
ཨ་སྤེལ་ཆལ་ཡངས་པོར། །ནམ་པར་སྤེལ་བ་འོ་རྒྱན་གྱིས་བཅུས་པས། །མངར་

བྱད་ཟད་མི་ཤེས་པའི་དཔལ་གྱི་འབྲས། །སྤྱིན་འདི་དཔྱོད་ལྡན་ཆོ་ལིས་བྱང་བར་  
 རིགས། །སྤྱི་དགུ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིང་གི་རོགས། །སྤྱིག་རུམ་ལུན་པས་བྱང་བྱུར་  
 པ། །ཅིག་ཅར་མེལ་བྱེད་ས་གསུམ་གྱི། །སྤྱི་མཐུན་སྤྱོན་མེ་རིང་ནས་སྤར། །དེ་  
 ལྟར་མད་དུ་བྱུང་བ་ཡི། །ལུགས་བཟང་དེ་ཡང་མི་མཁས་པའི། །སྤྱི་བོས་བལ་  
 བ་རྩ་བཞིན་དུ། །རྣམ་པ་ཀུན་དུ་འཛིངས་པར་བྱས། །ཁ་ཅིག་དོན་དམ་བདེན་  
 དངོས་སྤྱ། །འགའ་ཞིག་ཤེས་པར་བྱ་མིན་སྤྱ། །གཞན་དག་ཅིར་ཡང་འཛིན་  
 མེད་ལོ། །ཐལ་ཆེར་ཀུན་རྫོབ་འབྲུལ་རོར་བསྐྱལ། །ཚུལ་འདི་མཐོང་ནས་བདག་  
 གིས་ནི། །འབད་པ་དུ་མས་མཁས་པ་ཡི། །རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་ནི། །  
 དགོངས་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཅུལ། །ཞེ་མའོ་ཁྱོད་ཀྱི་དགོངས་པའི་མཐེལ། །བསྐྱན་  
 པའི་སྤྱིང་པོ་རྟེན་འབྱུང་གི། །བདུད་ཅི་མྱོང་སྤྱད་ངལ་བ་ནི། །སྤྱོམ་པས་ཆབ་  
 དག་དམིགས་བྱ་དང་། །བྲལ་བའི་ལོང་བ་ཕྱོགས་རྒྱག་བཞིན། །རྟེན་པར་འདོད་  
 ཀྱང་དེ་དག་གི། །གཞུང་ལ་རབ་དུ་མ་སྤྱངས་ཤིང་། །རིགས་པའི་གནད་གསང་  
 སྤ་བ་དག །མི་ཤེས་བྱང་ངེས་རྗེ་ལྟར་འབྱེད། །དེ་སྤྱིར་ཤིང་རྟ་ཆེ་རྣམས་ཀྱིས། །རིགས་  
 པའི་མིག་ནི་བྱིན་པ་ལ། །རིང་ནས་འདྲིས་བྱས་ཟབ་གནས་དག །འབྱེད་སྤྱིར་  
 དགའ་ཐུབ་བསྐྱེན་པ་ན། །ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱ་མེད་ཐེག་པའི་ཚུལ། །ཡོད་དང་མེད་པའི་  
 མཐའ་སྤངས་ཏེ། །རི་བཞིན་འབྱེལ་པར་ལུང་བསྐྱན་པ། །སྤྱི་སྤྱི་བ་གཞུང་ལུགས་  
 ཀུན་དའི་ཆོལ། །དྲི་མེད་མཁྱེན་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱས། །གསུང་རབ་མཁའ་  
 ལ་ཐོགས་མེད་རྒྱ། །མཐར་འཛིན་སྤྱིང་གི་ལུན་པ་མེལ། །ལོག་སྤྱིའི་རྒྱ་སྤར་  
 ཟེལ་གཞོན་པ། །དཔལ་ལྡན་རྒྱ་བའི་ལེགས་བཤད་ཀྱི། །འོད་དཀར་འཕྲེང་བས་  
 གསལ་བྱས་པ། །སྤྱི་མའི་དྲིན་གྱིས་མཐོང་བའི་ཆོ། །བདག་གི་ཡིད་ཀྱིས་ངལ་  
 གསོ་ཐོབ། །གཤེགས་བཞུམས་རོལ་དང་ཁབ་ནས་འབྱུང་། །དགའ་སྤྱད་བདུད་

བཅོམ་བྱང་ཚུབ་བརྟེས། །སྤྱོད་བབས་སྤྱང་འདས་གཞན་ཡང་ནི། །ཆོ་འཕུལ་འགྲོ་  
 འདུལ་སྤྱོད་མའི་གར། །མཛད་པ་ཀུན་ལས་གསུང་གི་ནི། །མཛད་པ་མཆོག་ཡིན་  
 དེ་ཡང་ནི། །འདི་ནི་དེ་ཡིན་སྤྱིར་མཁས་པ་ཡིས། །འདི་ལས་སངས་རྒྱུ་རྗེས་  
 དན་གྱོས། །སྤྱོད་ཆོགས་བརྟོད་པ་ཆ་ལུགས་སྤྲད་ཀྱི་བད། །ཐབས་ཚུལ་རིགས་  
 པའི་ནམ་གངས་བརྒྱ་དག་གིས། །མགོན་པོས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡི། །  
 གནམ་འདི་ཁོ་ན་བསྟོད་པར་མཛད་པ་ལགས། །སྟོན་དེའི་རྗེས་སུ་རབ་དུ་བྱུང་བྱུར་  
 ཉེ། །རྒྱལ་བའི་གསུང་ལ་སྤྱངས་པ་མི་དཔལ་ཞིང་། །ནལ་འབྱོར་སྟོན་ལ་བཅོན་  
 པའི་དག་སྟོང་ཞིག །བྱང་སྟོང་ཆེན་པོ་དེ་ལ་དེ་ལྟར་གྲུས། །ལེགས་གསུང་འབྲུག་  
 རྒྱས་རེ་བའི་མངལ་ཁྲར་ཡོངས་སུ་སྟོན་པའི་མདོངས་མཐའ་ཅན། །དགའ་བའི་  
 སྟོག་ཤོག་རྒྱལ་པོར་སྤྱོད་ཞིང་གསུང་བ་རྒྱས་པའི་མིག་དག་ཀྱང་། །གསང་གསུམ་  
 སྟོན་སྤྱང་བཅེ་ཆེན་རྒྱུད་གིས་ལང་ལོང་གཡོ་བར་གཏོད་བྱེད་ཅིང་། །དད་གདུང་  
 སྤྱོད་ཡི་འབྱུང་ཁྲག་དང་བཅས་སྤྱག་གི་གར་ནི་ཅིར་ཡང་ཅེན། །ཞེས་སྟོན་པ་སྤྲུལ་མེད་པ་  
 ལ་ཐབས་མེད་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བཀུར་ས་པའི་སྟོན་པ་སྟོན་པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྒྲིང་པོ་ལས་བརྒྱལ་ནི་སྤེལ་  
 མར་བསྟོད་པ་དངོས་ཀྱི་ཚུལ་དགོངས་དོན་ཐད་མེད་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྟོན་པ་རྒྱུ་རྗེས་སུ་ལེགས་པར་བསྟོད་པ་བཅས་  
 ཉེ་རྟེན་ནས་གསུང་བ་སྤྱིས་ཚུལ་གྱི་སྤྲུལ་སྤྱོད་བཅོད། །མཁའ་བཞེན་ནམ་པར་མི་རྟོག་ཡི་ཤེས་  
 ཀྱི། །རང་བཞིན་མཐའ་བུལ་ཆོས་ཀུན་ཡོངས་ཉིད་དུ། །སྟོན་པའི་ངང་ཚུལ་མི་  
 ཟད་རྒྱན་འཁོར་ལོར། །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་སུ་གྲགས་གང་སྤྱིང་ལ་རོལ། །སྤྱོད་  
 ཉིག་འཁྲི་གིང་གཡོ་བ་རྒྱ་བའི་ཞལ། །དབྱིས་འཇུགས་སྤྱོད་ལའི་ནགས་ཀྱི་པོ་ན་  
 མོ། །ཆོས་སྤྱང་མ་ལུས་ཐཱེར་རྒྱུད་མང་གི །གདངས་སུ་བཀུག་པའི་ཤིས་པ་  
 དམ་པས་སྟོངས། །མི་ཕྱེད་དད་པ་མ་ལ་ཡ་རྒྱུད་གིས། །བསྟོན་སྟོན་དཔལ་གྱི་  
 དུམ་བུའི་བསྟུང་ཞིམ་ངད། །ས་གསུམ་གདུང་བ་འཕྲོག་སྤྲད་སྟོན་བ་འདིས། །ཀུན་

བཟང་མཚན་པའི་སྤྱར་ན་བཞུལ་ལ་སྟོན། །ཉིས་པའི་ཚོགས་ཀྱི་ན་ཉམས་སྤང་  
 ཅད་ནས་བཏོན། །ཡོན་ཏན་མ་ལུས་སྤེལ་ཏེ་སྤྱངས་མཐར་གཏུགས། །རང་  
 ཉིད་གང་ནས་གཤེགས་པའི་དྲང་བོའི་ལམ། །བཙེ་བས་འགྲོ་བའི་སྒྲིང་ལ་བསྐྱུན་  
 མཛད་པ། །སྟོན་པ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བསྟན་པ་དང་། །མཛལ་བ་འདི་འདྲ་སྒྲ་མའི་  
 རིན་ཡིན་པས། །དག་བ་འདི་ཡང་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། །འཤེས་གཉིན་དམ་པས་  
 འཛིན་པའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ། །གངས་མེད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་སྤངས་པ་ཡི། །སེམས་  
 ལ་རྒྱུག་པའི་བྱི་མས་ཆར་སྒྲགས་པ། །ཚོད་ལྔ་ལྔ་བཏོད་ཀྱང་ལྷ་བྱ་བ་དག་ཅག་  
 ལ། །བཙེ་བས་བདག་གིས་མཛད་པའི་བྱགས་རྗེ་ཅན། །མན་མཛད་དེ་ཡི་བསྟན་  
 པའང་སྤྲིད་པའི་མཐར། །རན་ཏྟིག་རྒྱུད་གིས་ནམ་པར་མི་གཡོ་ཞིང་། །བསྟན་  
 པའི་རང་རྒྱལ་ཤེས་ནས་སྟོན་པ་ལ། །ཡིད་ཆེས་རྟེན་པས་ཉག་དུ་གང་བར་ཤོག།  
 འཚོ་བ་གཡོ་བའི་སྒྲིང་འགྲོ་རང་བཞིན་གྱིས། །སྟོང་པའི་རང་རྒྱལ་རི་ལྷར་བྱགས་  
 རུད་པ། །དེ་ལྷར་ལྷག་པར་བཙེ་བའི་རྗེས་མོང་སྟེ། །ཁམས་མོས་སྤྱོད་ཚོགས་རི་  
 བཞིན་རིས་མེད་འགྲོར། །བཏོན་ནས་འཕྱུང་བའི་དེ་ཉིད་གསལ་མཛད་པ། །བྱབ་  
 པའི་ལུགས་བཟང་སྒྲིབ་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །ལུས་དང་སྟོག་གྲུང་བཏང་ནས་འཛིན་  
 པ་ལ། །སྤྲད་ཅིག་ཅམ་ཡང་སྟོད་པར་མ་གྱུར་ཅིག །དེ་ཆོ་བརྩུ་ལྷག་རིག་པའི་  
 གནས་ནམས་ཀྱི། །ཉམས་སྤྱོད་བསྟར་ཞིང་གཞན་ལ་འདོམས་པ་ན། །ཆེ་གསལ་  
 སྤྱར་ཟབ་སྟོ་ཡི་འཇུག་པ་བརྒྱས། །སོམ་ཉིའི་དཔྱང་ཐག་ལ་འཇུའི་སྐབས་མེད་  
 ཤོག །འཕྲིན་པ་མཚོག་དེས་དཀའ་བ་དཔག་མེད་གྱིས། །ནན་ཏན་སྒྲིང་པོར་མཛད་  
 ནས་བསྐྱབ་པ་འདི། །ཐབས་གང་ཞིག་གིས་འཕེལ་བར་འགྱུར་སྟམ་པའི། །ནམ་  
 པར་དཔྱོད་པས་ཉིན་མཚན་འདའ་བར་ཤོག །དེ་བཞིན་རག་དང་ལུས་གྱི་གཡོ་བ་  
 ཀྱི། །བྱང་རྒྱལ་མཚོག་གི་ས་ལ་མ་རེག་པར། །བསྟན་འགྲོར་སྟན་པ་རྒྱ་ཆེན་

མ་འབྲུང་བའི། །དུས་སྐབས་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མེད་པར་ཤོག། །ལྷག་བསམ་  
དག་པས་ཚུལ་དེར་བརྟེན་པ་ན། །ཆངས་དང་དབང་བོ་འཛིག་རྟེན་སྦྲིང་བ་དང་།།  
ལེགས་ལྷན་ནག་པོ་ལ་ལོགས་སྤར་མས་ཀྱང་། །གཡེལ་བ་མེད་པར་ཏྲུ་བྱོགས་  
བྱེད་ཤོག། །བསྐྱེམ་མེད་བདེན་པའི་ཆོག་གི་དཔལ་བརྟེས་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་དྲང་  
སྟོང་གྲུབ་པའི་དགྲིལ་ལའོར་ཡོངས་བསྐྱལ་བདེན་པ་བདར་བ་སྟོན་པའི་ཤིས་བརྗོད་  
རམ་འདེགས་སྟུ། །ཟབ་བསྐྱིང་བསྟོད་བསྐྱེད་གི་སར་ལ་ཆགས་དགོངས་དོན་  
བཅུད་ཀྱི་སྤྱང་ཆང་གིས་སྟོས་བྱང་བ་དྲེགས་པའི་རང་རྩལ་རི་བཞིན་ཉམས་འབྱུར་  
སྟོང་གིས་དབྱངས་སྟུ་བྱངས། །ཡིད་ཀྱི་རོལ་བ་རྩི་བྲལ་ཟླ་བའི་མེ་ལོང་རོས་སྟུ་  
བསྟན་འགྲོར་སྟན་པའི་ཀུན་རྟོག་རི་མོ་རི་ལྷར་བྲིས་པ་དེ་ལྷར་འབྱུབ་པའི་རྟེན་འབྱུང་  
མཐུས། །མཁའ་ཁྲབ་འགྲོ་བའི་སྒྲིང་གི་སྤྱབས་སྟུ་མཐའ་བྲལ་རིགས་ཚུལ་གཏེར་  
ཆེན་རོལ་ཏེ་རྟེན་འབྱུང་རི་མོ་ལྷན་སྟུས་བཞིན་དུ་གསལ་དྲངས་སྟོག་པ་མེད་ཀྱང་  
ཅིག། ཅིས་སྟོན་པ་སྟན་མེད་པལ་ཟབ་མོ་རྟེན་ཅི་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་གསུངས་པའི་སྟོན་པ་སྟོན་པ་ལེགས་པར་བཤད་  
པའི་སྒྲིང་པོ་ལས་བརྒྱུ་མཉམ་ཏེ་སྤྲེལ་མར་བསྟོད་པ་དངོས་ཀྱི་ཚུལ་དགོངས་དོན་ཟད་མེད་ནམས་མཁའ་འཛོམས་ཀྱི་སྟོང་ལམ་རྒྱ་ཅིར་  
བྱུང་ལས་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་རིད་དུ་གནས་པར་བསྟོ་སྟོན་མཛད་ཚུལ་གྱིས་ཆ་སྟེ་བཅུག་ཅིག་པའོ། ། ༥ འགྲུར་  
མེད་ཡོངས་སྟུ་གྲུབ་པའི་རང་གཤིས་སྟོས་དང་བྲལ་བ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས། །ཀུན་  
རྟོག་སྤྱུ་མ་འབྲལ་གྱི་སྤྱང་བཀྲ་ག་འཤོག་མེད་འཆར་བ་འཇའ་ཆོན་རིས། །ནམ་པར་  
བཀྲ་བའི་འབྲལ་འདེགས་ལ་བརྟེན་སྟོང་བའི་རང་ཞལ་སྟོན་མཁས་པ། །སྟོན་པ་  
མཆོག་དེས་མཁའ་ཁྲབ་འགྲོ་ལ་དགེ་ལེགས་གཡོ་བ་མེད་ཀྱང་ཅིག། །བརྗོད་བྲལ་  
རྒྱལ་ཀུན་མཁྱེན་བརྟེན་ལུས་པའི་སྤྱང་། །གཅིག་དུ་ཡོངས་འབྲེལ་གསང་གསུམ་  
རིན་ཆེན་མཛོད། །གསལ་སྟན་རྩྭ་བས་འཁྲི་ཤིང་བ་དན་དཀར། །སྤིང་གསུམ་  
ཟླ་ན་གཡོ་བ་དེ་ཡིས་སྦྲིངས། །རབ་འབྱུམས་མདོ་རྒྱུད་གཙུག་ལག་འཛམ་བུའི་

འབྲས། །སྒྲོ་བློས་ཀྱི་མཚོའི་སྒོར་དུ་སྦྱང་བ་ན་མས། །དབྱང་གསུམ་དག་པས་  
བསྐྱེ་མེད་གསེར་གྱི་དངོས། །འབའ་ཞིག་བསྐྱར་མཁས་སྒྲོངས་འདིར་སྒྲོད་ལས་  
གང་། །འཕགས་པོད་མཁས་པའི་རིགས་ལམ་ཆུ་པོ་འབུལ། །སྒྲོ་བློས་བཟང་  
མོའི་སྒོར་དུ་འབྲེལ་བའི་མཚོ། །བྲགས་པར་བ་དཀར་རྒྱབས་ཀྱི་སྒྲོ་བ་ཀྱི་ཡི། །ཕྱ་  
སྒྱུད་སྒྲོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་མཐའ་ལ་བཅས། །རྒྱལ་གསུང་འབྲུག་སྒོ་མཐའ་བུལ་  
སྐྱས་ཅེན་མར། །ཡལ་ཇེ་མཁའ་མྱིང་དབང་པོ་གཤེགས་ཤུལ་དུ། །བྱིཅ་ཅུང་  
འདབ་གཤོག་བསྒྲོད་པའི་ངལ་བསྟེན་པ། །ཞེ་མ་སྐལ་བ་བཟང་སྐྱམ་སྒྲོ་བས་བྱངས། །  
སྒྲུ་ཚོགས་གདུལ་བུའི་སྒོ་ཡི་སྐུ་རིས་མ་བུའི་མདོངས་ལྟར་འདྲ་མིན་དུ་མའི་རྗེས་  
སོང་བ། །སྒྲུ་ཚོགས་ཐབས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་འདུལ་བའི་ཚས་ཀྱི་སྒོ་མོ་བགྱངས་ཡས་  
ནས་པར་བྱེ་བ་ཡི། །སྒྲུ་ཚོགས་བརྗོད་པ་གཞན་དུ་བྱང་དགོས་ངེས་དོན་ལ་ཞུགས་  
མདོ་སྡེ་ན་མས་ཀྱི་དགོངས་པའི་མཐེལ། །སྒྲུ་ཚོགས་སོ་སོར་འབབ་པ་མ་ཡིན་  
དོན་དམ་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་པོའི་ས་རུ་གཅིག་དུ་གཞོལ། །ལུང་དོན་རིག་པས་  
ནས་པར་འབྱེད་པའི་སྒྲོན་མེད་ཡེགས་བཤད་མཚམས་སྒྲོར་ཚིག་གི་སོ་ཉ་ཡིས། །དངོས་  
ཀུན་གཤེས་ལུགས་སྒོར་བའི་དབྱིངས་ཀྱི་མཛེས་མ་དག་དང་རྟེན་འབྱུང་གཞོན་ནུ་  
མིག་ཡངས་གཉིས། །མཛོལ་གཙུགས་ཉ་མས་མེད་ལྷོགས་སུ་སྐྱར་མཁས་ཡབ་  
རྗེ་འཇམ་དཔལ་སྤྱིང་པོའི་ཞབས་སེན་ཉི་མའི་འོད། །རྟག་པར་མཚན་མཐིང་རལ་  
བའི་ནགས་སུ་མདོན་པར་འཕྲོས་པའི་ཅེ་དགའི་དཔལ་གྱིས་དབྱུགས་དབྱུངས་མཛོད། །  
གང་ཞལ་བསྐྱོའི་ཤར་བྱིམ་དུ། །དབྱངས་ཅན་རིག་པའི་སྒྲོང་ཆང་ལ། །དོམས་  
མེད་གཞིབས་པས་སྒྲོས་པ་ཡིས། །ལྷགས་ཀྱི་བྱང་བའི་ན་ཅུང་ཅེན། །དེ་ཡི་  
ཐབ་བརྗོད་དབྱངས་གྱིར་བ། །སྐྱན་པ་འགྱུར་ཁྲུག་སྒོར་སྐྱན་སྐྱས། །སྐྱེ་དགུ་  
དག་གི་ན་བ་ལ། །བྱི་ཟའི་འཛིག་རྟེན་རྫོགས་པར་བསྐྱབས། །རྒྱ་ཆེན་མཁྱེན་པ་

རྒྱ་མཚོ་ཡིས། །མཐའ་དག་ཤེས་བྱའི་མཐའ་ཡི་ཚད། །གནག་གིས་བསྟོད་པའི་  
 གནག་རྗེས་ཚུའི། །གནས་སྤྱོད་ཀྱིས་གནས་པར་བྱས། །སྤྲུག་རུམ་མུན་པ་  
 འཕྲོག་བྱེད་པའི། །སྤྲང་བྱེད་འབར་བའི་འོད་ཀྱི་རྒྱབས། །ཆེས་མེད་ཅི་དགར་  
 འབྱུངས་པ་ཡིས། །འདབ་སྟོང་གོལ་བ་བསྟོའི་ནགས། །ཡིད་འོང་ཆལ་དུ་ཡིད་  
 ཆགས་པའི། །སྤྲང་ཆང་གིས་ཕྱོས་སྤྲང་ཅི་སྟོད། །དྲིགས་པའི་སྤྲུང་བྱུངས་དྲིགས་  
 བཞིན་ལེན། །ན་བ་འོན་མིན་ན་བ་སྟོགས། །འདོད་སྤྲང་སྟོངས་པའི་རིམས་ཀྱིས་  
 རི། །རྟག་གཏུངས་འཕྲོ་བ་གསོ་བའི་སྤྲུན། །རྟིན་འབྱུང་བདུད་ཅིའི་བསང་གཏོར་  
 གྱིས། །ག་ནད་འཆི་ལས་སྟོང་བའི་རྒྱལ། །བསྟོད་བཀྲར་བསྐྱགས་པའི་ལེ་ཏ་  
 བྱས་ཀྱི། །གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་ནམ་བུ་བ། །དུས་ཀྱི་མི་རྒྱུད་གིས་ཀྱང་།  
 གཞིལ་བར་མི་རྩས་བདག་གིས་བསྐྱུན། །རི་སྤྲོད་སྟོད་ཀྱི་བསྟོའི་དོགས། །བཅུད་  
 ཀྱི་ཟེའུ་འབྲུག་ཡོ་བའི་བར། །དེ་སྤྲོད་གྲགས་སྟན་ཀྱང་དུག་སྐྱུས། །སྤྲོད་བྱའི་  
 རྩ་བ་ཆེས་པར་བྱས། །འཇམ་དཔལ་མི་ཡི་ཚོལ་འཆང་བ། །ཡབ་རྗེ་མཚོག་གི་  
 བསྟོད་པའི་མདུན། །བརྗོད་པ་རྩུང་ཞིང་སྤེལ་སྟོར་དམན། །དེ་སྤྲོད་སྐྱས་བསྐྱུན་  
 སྟོན་པས་སོ། །འོན་ཀྱང་དངོས་མིན་ཆོག་གི་བྱུཌ། །སྐབས་ཐོབ་དང་ནི་དོན་གྱིས་  
 འཕང་། །སྟོ་ཡིས་རི་ལྷར་སྟོགས་ཅམ་དུ། །རོ་འཛིན་གཡོ་བ་དོན་སྟན་བསྐྱུབས།  
 འབྲེལ་བྱེད་སྤྲུ་མའི་ཞབས་རྗེས་སུ། །སྤར་ཡང་ཀྱང་བཞོད་བྱས་མིན་པར། །དགོངས་  
 པའི་ཐིག་ལས་མི་འགོང་བའི། །རྩམ་དཔྱོད་གོམ་པའི་འགྲོས་འདི་མཆར། །དྲིགས་  
 པ་ཉིན་མའི་ཟེར་གྱི་ཆང་། །བག་མེད་བརྟུང་བས་ར་འོ་བ། །སྟོ་གོས་འདབ་ཡངས་  
 པ་སྟོའི་དོགས། །ལེགས་པཤད་སྤྲང་ཅིའི་དོག་པ་ཆགས། །གཟུ་པོར་གནས་པའི་  
 སྟོ་ཡི་རྒྱལ། །མི་དམན་དཀའ་གནད་བསྟོ་བ་ལ། །འོང་བ་མིན་པའི་ཀྱང་དུག་  
 དག །མཆིས་ན་འོངས་སྤྲོད་པར་མཛོད། །གནད་དོན་གར་ཆས་མ་འཆལ་



ཞིང་། ཚིག་ཚོར་སེ་བུ་ལྟ་བུར་ལ། ལམ་མར་འདྲིན་སྒྲིན་མོངས་སྒྲིན་པ་ཅན། བྲགས་  
 པའི་རྒྱུ་འགྱུར་འདིས་ཅི་བྱ། བྲོག་པ་ཐོས་པས་མ་འཁོར་ལེའི་གྲར། པས་གྱི་  
 ཚོལ་བ་གཞོམ་པའི་ཆས། ལུང་དང་རིགས་པའི་སྐད་གྱི་གདངས། གསང་  
 མཐོར་སྒྲོག་པར་ཅི་དགར་དབང་། དབྱུག་གུ་འཆང་པའི་བྲང་སྒྲོང་གི་རིགས་  
 འཕྱུལ་མོར་མོས་ལེགས་བསྐྱར་བ། སྒྲིན་དག་ནོར་བུའི་དོ་ཤལ་གྱིས། ལམ་གྱིན་  
 པར་འབྱུང་ནམས་ཅིས་མི་མགུ། སྒྲིང་པའི་མིག་འདི་རབ་བསྐྱད་པས། སྒྲོངས་  
 པར་གྲུར་པའི་འབྱུང་པོའི་བྱ། འཐན་སྐད་སྒྲོག་པར་ཆས་དག་ལ། སྒྲིང་གར་  
 བཅེ་བར་བ་བཞག་བྱ། འཆད་པའི་ཁུར་ནི་མོངས་པས་འདྲིན། ཚོད་པ་ཟེར་  
 སྒྲོས་ཐལ་འཕྲང་བཟ། ཚོམ་པ་ཕྱོང་ཆིག་ཀར་བཅད་ལ། རི་བ་སྒྲིགས་མའི་  
 ཡུལ་དུས་འདིར། རར་གི་འབྱུལ་པས་རང་ཉིད་ནི། ཐེ་ཚོམ་སྒྲོག་ཏུ་འཆིང་  
 བྱེད་པ། དར་གྱི་སྒྲིན་བུའི་རང་ཚུལ་དག སྐྱར་ལེན་རིགས་སྒྲིའི་མཚོག་ཏུ་  
 བཅི། བྲོགས་སྐྱར་བེར་གྱིས་བྲིས་པ་ཡི། སྒྲོ་བདགས་གྲུ་གུའི་རི་མོ་ལ། ལམ་མར་  
 འདྲིན་བྲིས་པ་སྒྲིང་མེད་འགས། བསྐྱོད་བཀྲར་བྲག་ཅའི་དབྱངས་སྒྲོག་ རི་  
 ཡིས་སྒྲ་ཙར་སྒྲས་པ་ཡི། རི་མོ་དག་གྲང་ལེགས་བཤད་དུ། བཟུང་ནས་མིག་  
 ཉིང་ལ་བྱེད་པ། རི་དག་ལས་གྱི་སྐལ་བས་ནོངས། སྒྲོ་གཏོར་མི་ཡི་སྒྲོས་གར་  
 དུ། བསྐྱར་བ་ཡབ་རྗེ་ཉིད་དང་ནི། རི་སྒས་ཚད་མར་གྲུར་པ་ཡི། ཆེན་པོ་  
 ནམས་གྱི་རིཌ་པའི་སྒོལ། བདུད་ཅི་འབྲིལ་པའི་མཚོ་འགམ་དུ། བ་ཚུ་ཅན་གྱི་  
 ཁྱོན་པ་ཡི། རྒྱ་དག་འབད་པས་སྐངས་བྱས་ནས། སྒྲོམ་གདུང་སེལ་འདོད་ལ་  
 མ་བཟ། བྲོག་བཅད་བདར་བས་བསྐྱ་མེད་པའི། གསེར་བཞིན་འཇམ་དཔལ་  
 སྒྲིང་པོའི་བསྐྱར། འདྲིན་པའི་སྐལ་བཟང་ཙོད་པན་ཉིད། གཙུག་ཏུ་རྟག་པར་  
 བཅིང་གུར་ཅིག བྲོགས་དག་ན་པར་ཐོས་པའི་ལམ་བྱང་ཞིང་། སྒྲིང་ལ་ཟབ་

དོན་བདུད་ཅིའི་ཐིགས་པས་བྲན། །མགྲིན་པར་དབྱངས་ཅན་རྒྱུད་མང་ཡེགས་བཞོད་  
པའི། །ལག་པའི་ཡལ་འདབ་བསྟོད་ཤུལ་རི་མོར་སྟོས། །སྒྲན་ངག་ཀུན་གྱི་རྒྱལ་  
པོ་འཁྱིའིང་གི། བྱིང་ནའི་འཕང་ལོ་གཡོས་པའི་བཤུལ་ལམ་དུ། །དེད་དུས་སྒྲི་  
བོའི་རྒྱ་འབྲུལ་ཟད་པ་ན། །ཁྱིལ་མ་གཉིས་པའི་ཐོགས་བཅས་འཕྲོ་བ་སུ། །སྒྲིས་  
སྒྲུངས་སྟོ་ཐོས་ལྟ་རིག་ཤེས་བྱའི་པ་མཐའ་འཛོལ་ལ་རིངས་པར་ཞུགས། །སྒྲིག་  
བསམ་བཟང་པོའི་དཀར་བ་ཉིད་ཀྱང་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་ནས་བདོན་པ་བཞིན། །ཆོས་  
ཀྱི་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེ་དབངས་མཐོ་ལྷན་པོའི་དཔལ་ལ་ནམ་པར་འཐབ། །ཁྲགས་  
པ་གཉིང་ཡངས་མཚོ་ཆེན་པ་རྒྱབས་ཁོར་ཡུག་རི་པོ་རྒྱལ་སྒྲུལ་བྱས། །དེ་ལྟའི་  
དཔལ་ཡོན་སྒྲུང་ཆང་གིས་སྟོས་སྒྲན་པར་ཁྲགས་པའི་ཀླད་དུག་ཁྱུ། །འཆད་ཅོད་  
ཅོས་པའི་རྒྱི་བཅུང་རབ་འཐུང་འགས་ནམས་ཞལ་གྱི་སྒྲིད་ཆལ་ན། །འཕྱར་སྤྱིང་  
གར་གྱིས་རོལ་བས་ནམ་སྒྲིག་སྒྲན་དགུ་སྟོགས་སུ་འཁོལ་བ་ཡིས། །གཞན་འཕྱོར་  
འབྲུ་བའི་སྒྲིང་ག་དག་ལ་དོ་རྩའི་འཆར་མས་ཕྱག་བཞིན་གདུངས། །དེ་སྒྲིང་གཏམ་  
གྱིས་སྒྲུམས་པ་རབ་མཐོ་ལུང་གྱི་སྒྲ་ཆེན་རབ་བཏགས་ཚུལ་དུ་སྟོན་བྱེད་པ། །མགྲིན་  
པའི་མཚོ་རུ་དབྱངས་ཅན་ངང་མོས་ནམ་པར་ཅེན་པ་ངག་རིག་སྒྲུ་ནམས་སྒྲི་སྟོལ་རྟེ།  
སྒྲིང་ལ་སྒྲན་པའི་བརྟལ་ཞུགས་རབ་སྒྲུངས་སྒྲི་པོ་གང་དག་འབྲུགས་པར་མི་བྱ་ཁོང་  
ཁོ་ནི། །ཡེགས་བྱས་རྟལ་མང་སྟོ་མཐོར་བཅེགས་པའི་ལྷན་པོ་ཉིད་ཀྱང་ཐལ་བར་  
རྒྱག་བྱེད་བསྐལ་བས་ཞུགས། །ཡབ་རྩའི་གཅུང་བྱིན་བདུད་ཅིས་སྟོབས་རྒྱས་  
རྟེ། །ཆོས་སྒྲི་རི་པོ་དག་ཀྱང་གྱིན་འདེགས་པའི། །ཁྱར་བཟོད་ངོ་མཆར་དགའ་  
བས་ཅེའི་དབྱངས། །བསྒྲགས་ཀྱང་གང་མཐུར་སེམས་ལས་སྒྲུམས་ཅི་འཆལ།  
ཞེས་སྟོན་པ་རྒྱན་མེད་པ་ལ་ཟབ་མོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་གསུངས་པའི་སྟོན་པ་བསྟོད་པ་ཡེགས་པར་བཤད་པའི་སྒྲིང་  
པོ་ལས་བརྒྱལ་ན་སྤྲེལ་མར་བསྟོད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་དགའ་བའི་རྒྱུད་གིས་ཡིད་ཀྱིན་ཕུང་ཆོས་ཆེར་བསྟོད་དེ་ཡི་རངས་

པའི་ཆོག་གི་འབྲུག་སྒྲིང་པའི་སྐྱོན་ལྟེ་བརྒྱ་གཉིས་པའོ། ། མ་སྒྲིལ་པ། སྒྲིལ་རིགས་ཚུལ་  
འབྲུམ་གྱི་རོ་ལྟན་པ། །སྒྲིབ་ཡེགས་དྲུག་སྒྲིལ་སྒྲུ་ཡི་འབྲུར་ཁྲག་གདངས། །སྒྲིལ་  
ཆོག་པཱེར་རྒྱུད་དྲངས་པའི་སྒྲིལ། །དཔྱོད་ལྟན་ན་བ་བདུད་ཅིའི་ཡོ་ལ་གོར་བསྒྲུན། །  
མཚོ་བྱང་སྒྲིང་གར་རོ་ལ་བ་དཔལ་པོའི་གཞུང། །རིགས་པའི་གཏོར་རོ་ལ་ཕྱོགས་  
ཀྱི་མྱེད་པོ་ཡིས། །རི་ལྷར་བཀྲལ་པའི་ཚུལ་ལ་རྒྱུ་དཔག་སྒྲི། །ཡལ་རྒྱའི་གཞུང་  
གི་གཔ་པ་མ་ངོན་དུ་སྒྱུར། །དབུ་ཚད་ལྟ་པའི་སྒྲུ་རིས་རི་ཅམ་དུ། །སྒྲིལ་ཞིབ་  
པའི་རང་ཚུལ་ལ་གཞོལ་བ། །དེ་ཅམ་དུ་ནི་བསོད་ནམས་སྒྲོ་གོས་ཡང་། །སྒྲིལ་  
ཞིབ་ཞིབ་པའི་རང་རྣམ་རྣམ་པར་བཀྲ། །དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་མང་པར་ཅེན་པ་  
ཡི། །པཱེར་རྒྱུད་མངས་སྒྲོན་མོའི་མི་ན་ཀམ། །རོ་འཛིན་སྒྲོག་གི་བྱ་མོའི་ཚོལ་  
གྱིས་ནི། །གང་གི་ཁ་ལ་རྣམ་པར་འབྱུ་ཞིང་ཅེན། །རྟོག་གའི་ཚུལ་ལ་ནོ་ལྟན་  
འཕགས་ཡུལ་གྱི། །མཁས་རྣམས་རིགས་པའི་ཚོན་མང་འཐུང་བ་ཡི། །རྣམ་  
དཔྱོད་པར་གྱིས་སྒྲིགས་བུའི་ངོས་ཡངས་སུ། །རི་མོའི་གར་སྒྲུབས་ཡི་གར་འོང་  
བར་བསྒྱུར། །རིགས་པའི་མིག་ཡངས་ལྷན་ལ་སྒྲོན་པོའི་འདབ། །རྣམ་པར་གཡོ་  
བ་ཡེགས་བཤད་སྒྲིན་ཡེགས་མའི། །ལང་ཚོའི་མེ་རྟོག་གསར་པའི་མཚོན་རྟོན་  
གྱིས། །མཁས་དགའི་སྒྲིང་ག་དུས་གཅིག་འཕྱགས་པར་བྱེད། །དེ་སྒྲིང་གསལ་  
སྒྲིན་གསར་པའི་སྒྲི་ཀ། །གཞུར་གནས་མཁས་པའི་ཁ་ཡི་སྒྲུབ་བྱ་ལ། །ཉིན་  
རེ་བཞིན་དུ་བསྐར་པའི་དོ་གཤམ་འབྱེད། །ཕྱོགས་ཀྱི་བྱ་མོས་མགྱིན་པའི་རྒྱན་དུ་  
སྒྲུངས། །དཔལ་སྒྲུག་མཚོག་གི་རྒྱགས་ཀྱི་འདབ་མ་ཡངས་པོར་ཡེགས་འབྲུངས་  
འགག་མེད་གསུང་གསང་ན་དྲི་སྒྲུབ་བརྒྱ་ཚོད་པ་ཡི། །རྒྱུ་སྒྲུབ་རྒྱུ་དཔ་མཐའ་  
རྣམ་པའི་རིགས་ཚུལ་འབྲུམ་གྱི་རྒྱུད་ལས་ཡེགས་དངས་དྲི་ཟའི་འཕང་འགོ་བཞུད་  
པའི་སྒྲི། །རིགས་པའི་དོ་གཤམ་སྒྲིང་ཁར་འཛིན་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་དཔལ་མོ་དག་གི་

ན་པའི་བཅུད་ནི་ལེན་བྱེད་བདུད་ཅིང་རོས། །ཆངས་པ་གན་པོའི་སྒོ་རྩལ་དང་ནི་  
 མགྱིན་པའི་འགྱུར་ཁྲག་སྟོང་ལྷན་སྒྲུ་ལ་འཕྱུ་བར་བྱེད་པའི་ངང་རྩལ་འཛིན། །རང་  
 བཞིན་གྱིས་སྒྲུབ་སྟོབས་པ་མངོན་དགའི་ནམ་དཔྱོད་སྟོ་ཡི་རྒྱ་མཐུན་གྱི། །འབྲས་  
 བཟང་བག་ཆགས་ག་ཡུར་ཐིགས་འཕྲེང་སྒྲིང་གའི་དོ་རར་འབྲིལ་བ་གང་། །ཀྱ་  
 ཆེན་ཐོས་བསམ་ཡུར་ལས་ནས་དངས་རྩུ་བོ་འབྱུལ་གྱིས་བསྒྱེད་བྱས་ནི། །ལེགས་  
 བཤད་ལྷང་ཆེན་འདུ་འགོད་ཅེན་པའི་མཆོ་རུ་གྱུར་པའི་དོ་མཆར་ལྟོས། །རྫི་རྫི་  
 ལང་ཆོར་སྒྲིན་པ་སྒྲག་པའི་ལྷའི། །བྱིན་རྒྱབས་དམར་འོད་ཆགས་པ་ནི་ཟེར་རུལ། །  
 དོམས་མེད་བདུང་བ་སྒྲིང་གི་མཆོ་ལས་སྒྱེས། །རིགས་རྩལ་འདབ་མ་འབྱུལ་དུ་  
 འདི་ལྟར་གྲོལ། །ཟབ་དོན་སྒྲུར་ཅིང་ཐིགས་འཛིན་གེ་ས་རར། །བསྟོད་བཀྱར་  
 བསྐྱུགས་པའི་བྱང་བ་འསྟོ་འདུའི་སྒྲུ། །དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཆོའི་འགྱུར་  
 ཁྲག་ཅན། །འཁྲོལ་བའི་སྐལ་བ་སྟོན་དགའི་བྱེད་པོས་བསྐྱབས། །འཇམ་མགོན་  
 མི་ཡི་གར་འཆང་ཡབ་ཆེའི་གཞུང་། །སྤེབ་ལེ་ཆེག་གི་འབྱུར་རར་དགོངས་པའི་  
 དོན། །རུལ་སྒྲིང་ཤེས་བྱའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྫོགས་བཀྱལ། །རང་སྐལ་ཉིད་དུ་ལོངས་  
 ལ་སྟོད་འདིས་མིས། །འོན་ཀྱང་མི་ཆེ་རིལ་པོར་སྟོག་པའི་གྱུར། །དགག་སྒྲུབ་  
 ལུན་འབྱིན་རྟོག་གའི་རྩྱུང་འཐེན་ནས། །དགོས་དགུ་ཆར་དུ་བསྒྲིལ་བར་སྟོན་ཞིང་  
 རངས། །རིག་པའི་སོར་མོའི་འཕྱལ་འཁོར་གྱིས་བྱིས་པའི། །ལེ་འབྱེད་སྒྲིངས་  
 ཡིག་ལྷན་ལ་གར་གྱི་རིས། །ཕྱོད་ཀྱི་དཔྱོད་ལྷན་ཁ་ལ་ལྷན་སྒྲིས་བཞིན། །ནམ་  
 པར་འགྱུ་བའི་ཅེ་དགའ་འཛིན་གྱུར་ཅིག། །དེ་སྐད་གཤམས་སྟན་སྟོགས་ཀྱི་མཛེས་  
 དགའ་མོའི། །འབྲས་པའི་དོས་ལ་གསར་བའི་སྒྲག་ཅི་བཞིན། །འཕོས་པའི་དོ་  
 མཆར་ནམ་མཁའ་གཟུགས་ཅན་དུ། །གྱུར་མིན་དེ་སྤྱིད་མི་གཡོ་གསལ་གྱུར་ཅིག།  
 ཡོན་དན་སྟོ་མཐོར་བཞེགས་པ་འཕྱིགས་བྱེད་རིའི། །གཤམས་པའི་སྐྱ་བརྒྱ་དཔལ་

གྲི་དུམ་བུའི་དྲི། །གཟུར་གནས་སྒྲི་པོའི་སྒྲིང་ལ་མཚན་ཡོན་ཏེ། །གཞན་འགྱོར་  
 འཁྱུ་བར་མི་བཟོད་དུག་ལས་ཅི། །ཡིད་ནི་མོངས་པའི་བྱང་བྱར་ནག་ཏུ་ནལ་བ་  
 ལ་ཆགས་ཐུག་དོག་ག་དུག་པའི་ཁ་སྒངས་འབྱུལ། །རིགས་པའི་ལམ་དུ་བྱང་བོར་  
 ཆས་མིན་གྲུ་གྱུར་བཟོད་ཅིང་མངོན་དང་སྒྲོག་ཏུ་ཁྱེ་ཟུང་གཡོ། །ཡིག་རིས་འགོད་  
 པའི་སྐྱུག་པས་དབེན་གྱང་གཞན་དག་ལ་ནི་གཤེ་བ་སྐྱུགས་ང་རོ་ཅན། །སྒྲིན་མོངས་  
 བྱང་འགྱོར་འདིས་ནི་ཅི་བྱ་ལེགས་བཤད་འོ་མས་སྒྲིར་ཞིང་དུག་ནི་འཕེལ་ལས་གང་།  
 དགའ་གནད་སྒྲ་ཞིབ་འབྱེད་པའི་སྐྱུན་རས་དཀྱུས། །ཞུའལ་མཐེང་གའི་འདབ་མར་  
 འགུན་འཚོལ་བའི། །སྒོ་ལྷན་ལྷན་སྒྲིས་ངད་འབྱུང་ཅན་ནི། །སྒྲི་པོའི་ནགས་  
 མོང་ཡངས་པོར་འགའ་མཆིས་ན། །དེ་དག་སྒྲིང་གི་མེ་ལོང་ཡངས་པོ་རུ། །ཡ་  
 མཚན་དགའ་བ་རྒྱས་པའི་རི་མོ་འབྱུལ། །རྣམ་པར་འགོད་པ་ལེགས་པར་བཤད་  
 པའི་སྒྲིས། །འདི་ནི་དབྱངས་ཅན་རིག་པའི་ཚོན་ལེར་ནིད། །སྒོ་གྲོས་དམ་པའི་  
 མོང་དུ་བཀའ་པོད་གཞུང་། །བཟང་པོའི་སྐལ་བས་མིམ་པའི་དོག་གི་བས། །རྒྱ་  
 ཆེར་སྒྲོས་མིན་གསལ་དག་མ་འདྲེས་པ། །མཚོ་སྒྲིས་འདབ་བཞིན་གྲོལ་བར་ཡི་  
 རངས་མཛོད། །སྒོ་གསལ་ཀྱང་དུག་མཚོན་དུ་འགྲུགས་པའི་བྲི་མེད་རིགས་པའི་  
 རྒྱ་བསྐྱང་སྒྲོགས་ཀུན་ངད་པར་འབྱུལ། །གཞུང་བཟང་སྟོང་གི་གི་སར་རབ་དོམས་  
 དགོངས་བཅུད་སྒྲིང་ཅིའི་ཐིག་ལའི་དོག་པས་ཀུན་ཏུ་ཁིངས། །ཟབ་ཡངས་རྒྱ་ཆེའི་  
 གནམ་གྲི་གཡུ་ལོ་རྣམ་པར་རྒྱས་པ་སྐྱུག་པོར་བཞེགས་པའི་དོས་དག་ལ། །ལུང་  
 རོན་རིགས་པས་ཐུབ་པའི་མཐའ་ཡི་འདབ་མ་རབ་གྲོལ་མཚོ་སྒྲིས་བཀྲ་བའི་ནགས་  
 ཚལ་འདིས། །རྒྱལ་རྣམས་མཁྱེན་རབ་ནི་མ་འབར་བའི་འོད་གྲི་གདེངས་ཀ་རྣམ་  
 པར་ཅེན་པའི་རི་མོ་ནི། །བྱར་སྒྲིག་འོད་ཆགས་སྒྲ་གོས་གསར་པའི་བྱུན་མཚམས་  
 སྒྲིན་དང་ལྷན་ཅིག་འགྲོགས་པའི་ཅེ་དགའ་ཅན། །གངས་རིའི་དོ་གཤམ་བྱར་གྲིས་

ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྟིང་པོ་ལས་བརྒྱལ་སྟེ་སྤྱི་ལ་མར་བསྟོད་པ།

སྟེག་པའི་ཁོར་འདྲིན་བྱ་མའི་མངལ་གྱི་མཚོ་ལས་ལེགས་འབྲུངས་པ། །ཀྱལ་པའི་  
ཉི་མ་གཉིས་པར་གྲགས་དེའི་ཞབས་ལ་མཚོད་དོ་སྟིང་པའི་འཕྲུལ་འཁོར་གཞིལ་  
གྱུར་ཅིག། ཅིས་སྟོན་པ་སྒྲན་མེད་པ་ལ་ཟབ་མོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྲུང་བ་གསུངས་པའི་སྟོན་ས་བསྟོད་པ་ལེགས་  
པར་བཤད་པའི་སྟིང་པོ་ལས་བརྒྱལ་སྟེ་སྤྱི་ལ་མར་བསྟོད་པ་དགོངས་དོན་ཟད་མེད་ནམ་ལའང་མཛོད་གྱི་སྟོལ་པར་རྒྱ་ཆེར་ཕྱེ་  
བཤོགས་ཅན་སྟོན་གྱི་སྒྲ་དབྲངས་ཞེས་བྱ་བ་འདིན། ཆོས་སྤྱུལ་པ་འབྲུག་གི་དབྱིངས་སུ་འདྲིས་པ་རྒྱལ་བ་རྣམས་གྱི་མཁུན་བཅེ་  
རྒྱས་པའི་ཐུགས་གསང་གཅིག་དྲུག་རྒྱས་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིར་གཟུགས། ལྷ་རྒྱལ་མཁུན་ཆེན་པོ་འཇམ་དབྲངས་བཞད་པའི་དོ་  
རྟེན་པ་ཟུབ་ཐུབ་བརྒྱན་དཔར་ཕྱག་དག་དབང་མཁས་བྱ་བ་འཇིགས་བྱ་བ་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་དཔལ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྲན།  
སྤྱང་མདུད་མཛོད་བདག་ས་ཆེ་ལེགས་བཅས་ཁོ་བོས་སྤྲོ་མོ་ཞིག་རྣམ་རྟེན་འབྲེལ་བ་རྟོག་པ་དང་སྤྱར་དེ་སྤྱི་ལ་མར་བསྟོད་པ་ཞིག་  
ཡོད་ན་རྣམ་ཞེང་རྟེན་མའི་གསུང་གི་ཆེ་བ་འདོན་པ་དང་། ཁྱོད་གྱི་རྣམ་དབྱེད་གྱི་ཚོད་བགས་པའི་སྤྱད་དུ་འདི་འདྲ་ཞིག་འདྲིར་  
འབྲུག་འདུན་ཡོད་ཀྱང་ཐོག་དུ་མ་ལེལ་དམི་འབྲུངས་པར་བྱིས་ཀྱི་པའི་བཀའ་སྤྱུལ་གྱི་ཚོད་པ་ལྟེ་བྱེད་སྤྱོད་ལེགས་པ་ན། དེ་  
འདྲའི་སྟོབས་པ་མེད་ཅིང་རྩོམ་གསལ་པའི་རྒྱ་མཚན་ལྷ་ཆུགས་མཆར་བསྐྱེད་གྱི་ཆུབ་དུ་སྟོན་ཞུ་བ་ཡང་ཡང་ལུས་ཀྱང་གསལ་  
དགོངས་མ་མཛད་པས། ཆོས་སྤྱིད་གང་གི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་བཀའ་མི་སྤྱུབ་ཐབས་མེད་ཀྱང་ཞིང་སྤྱུབ་པ་ཡང་ལས་སྤྱུབ་མ་མེན་  
པས་ཅེ་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་པ་ན། སྟོབ་དཔོན་ཤེད་པས། གལ་ཏེ་བཅོས་སུ་ཡོད་ན་ནི། ཇི་ལ་མི་དག་འཕྲི་ཞིག་ཡོད།  
གལ་ཏེ་བཅོས་སུ་མེད་ན་ནི། ཇི་ལ་མི་དག་འབྲུ་ཅི་ཡོད། ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར། སྟེགས་མའི་དུས་འདིར་རང་དང་སྐལ་  
བམ་ཉམས་པ་རྣམས་དང་ཆེས་ཆེར་དམན་པ་དག་གིས་ཀྱང་ཆོས་པའི་བསྐྱེད་མ་པར་ཟད། དམ་པའི་རྩེ་སྤྱུལ་པའི་གྲུ་ཡང་བཞུས་  
གྱིས་ཤེས་བྱའི་གནས་མཐའ་དག་སྟོབ་པ་རྣམས་ལ་གྲགས་འདོད་ལངས་པར་སེམས་ཤིང་རྒྱ་ཚོགས་སྟོན་དུ་མོང་སྟེ་མཁས་པའི་  
བྱ་བར་འབྲུག་པ་མཛོད་བན། དུག་སྤྱུལ་གྱིས་སྒྲ་ཅིའི་དྲི་ཚོར་བ་ལྟར་འབྲུགས་པར་འགྱུར་ན། སྟིང་ཆེ་ཡོངས་གྱིར་ལའི་  
རྒྱར་ཕུད་གྱི་ཆེ་མོར་ཞབས་སེན་དལ་གསོ་བ་བསྟན་འབྲེལ་དུ་གཉེན་གང་གིས་ཆེས་ཆེར་མཛོད་པའི་ནས་བཀའ་ལུང་འདི་  
ལྟར་སྤྱུལ་བཅི་སྐལ་བ་བཟང་པོའི་རྣམ་དུས་སྟོབས་དང་ས་དེ་ཉེར་བསྟོགས་ལ་ཞུགས་པ་ན། གྲོ་བ་དང་མི་རིགས་དང་མཛོད།  
འདུས་པ་ཞེས་བྱ་དེ་འདྲ་ཡི། ཞེས་སོགས་ལྟར། ཆོས་ལུགས་མི་འདྲ་བའི་སྤྱབས་གྱིས་རྩ་བའི་ཤོ་ལོ་ཀ་རེ་རེ་དང་སྤྱི་ལ་  
གཞུང་ཡོངས་རྩོགས་ལ་མི་འབྲེལ་བར་མཛོད་ནས་དགོངས་བསྟན་ཞུས་པར་ཆོག་བཅད་གཉིས་གསུམ་མའི་སྤྱི་ལ་ཡོད་པ་རྣམས་

དཀར་བཞག་ནས་དེ་དང་འབྲེལ་ཆགས་ཤིང་གངས་མཚུངས་གོང་འོག་གང་རུང་དེ་མཆིས་སྤྱོད་བཤད་། བཞུགས་ཤིང་  
ངལ་བསོ་བའི་ཆེད་དུ་འོས་བསྟར་གྱིས་བཅད་གསར་དུ་སྒྲུབ་ཏེ་སྐབས་འབྲེད་ཚུལ། ལེའུ་འོ་ཐོག་མཐའ་དང་གཞུང་གི་སྤྱོད་  
མཚུགས་ལྟར་གཞན་གྱིས་བཅུ་མས་ཏེ་སྤེལ་ཚུལ་ལོགས་ཐུགས་བཀོད་གནང་བ་ཟུར། གཞུང་དངོས་ཀྱི་ཚུལ་ནམས་ནི། ཇི་  
སྐད་དུ། ལྷན་དག་ཕན་ཆེན་ནམས་ཀྱི་དག་ནམས་ལས། ལྷན་ཡང་དངོས་པོ་གཞན་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡོད། གང་དེ་གཤགས་  
པའི་ཆ་ཤས་བྲལ་བར་སྒྲུབ་། ཞེས་དང་། སྤྱོད་དོན་དེ་ཏེ། དངོས་པོ་ཡི་ནི་ཆོག་ནམས་ཀྱི། ཡན་ཚུན་ཡན་པར་བྱེད་  
ཉིད་ཅན། རྟོན་དང་བྲལ་བའི་བྱེད་པར་ནམས། ཡུལ་གནས་སུ་བསྒྲགས་པ་དང་། བཞེད་རིམ་སྤྱོད་པས་པར་དངོས་པོ་ནི།  
ཟུང་མེད་གཞུང་གསལ་བ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ཟུར། ཅུ་བར་ཅི་བྱེད་པར་བཞེད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་དང་། ཀྱན་  
མཚུགས་གྱིས། བསྟར་བཅོས་ཀྱན་ལ་རྒྱལ་སྤྲིད་ཇི་བཞེད་དཔལ་གྱིས་མཛོང་། ཡུལ་མང་སྤྱིད་བཅུ་མས་པའི་རང་བཞེད་བཞེད་  
པ་གང་། ཞེས་གསུངས་པ་ཟུར། རང་བཞེད་བཞེད་པའི་རྒྱན་དག་གཅོ་བོར་མཛད་འདུག་པས། འདིར་ཡང་དེ་ཟུར་དུ་  
སྤེལ་ཞིང་། ལེའུ་འོ་ཐོག་མཐའ་དང་སྤྱོད་མཚུགས་གྱི་སྤྱོད་པ་དག་ནི་སྤྱན་དག་མཛོང་ལས། ཀྱན་དུ་སྐྱེད་དག་གི་མཐའ།  
ཐད་དང་ལྷན་པས་འཇིག་རྟེན་མཛེས། ཞེས་དང་། རང་བཞེད་བཞེད་དང་འབྲེག་བཞེད་ཅེས། འདག་གི་རང་བཞེད་ཐད་དང་  
གཉིས། འབྲེག་པོར་བཞེད་པ་ཐམས་ཅད་ལ། ཡལ་ཆེར་སྤྱར་བས་དཔལ་རྒྱས་བྱེད། ཅེས་གསུངས་པ་ཟུར། སྐབས་སུ་  
གང་བབས་ཀྱི་རྒྱན་གཅེས་པ་དག་གིས་ཏེ་བར་བཅེས་ཤིང་བཞེད་རྟོན་དངོས་ཀྱི་ཚུལ་ནི། ཇི་སྐད་དུ། ཇི་བཅུ་མེ་མད་འབ་  
ཆེན་པོས། ཇི་ཟུར་སྒྲུབ་ཞིང་གཤགས་པའི་དངོས་འདི་ལ། རང་གཞན་གྲུབ་མཐས་བདགས་པའི་ཀྱན་བདགས་དང་། ལྷན་  
སྤྱོད་ཡིད་གྱིས་དངོས་འཇིན་ལྷན་པ་ནམས། ལྷན་དག་ལུང་རིགས་ཆེར་གྱིས་རབ་པས་ལ་ཏེ། ལྷན་དུས་ཉིད་ན་རྟོང་པར་  
རྟོགས་པ་དང་། སྤོང་པར་རྟོགས་ཆེ་སྒྲུབ་བཅི་འགོག་པ། ཟུང་འབྲུག་ཚུལ་ལ་པེས་པ་ནམས་རྟེད་པ། རེ་ཆོ་རྒྱལ་བའི་  
དགོངས་པ་རྟོགས་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ཟུར། ཡལ་བའི་སྤྱོད་པས་མཁྱིལ་ལས་འགོངས་པ་སྤྱར་རྟོང་རྒྱུ་ལེའུ་གི་  
རྟོགས་པ་མཛོད་དུ་སྤྱོད་ཚུལ་ཡིན་པས། བདག་ལྷུས་རང་དགར་སྤྱོད་པ་གལ་སྤྱོད་ས། འོན་ཀྱང་དཔལ་གྱི་མགུར་ནས་དཔ་  
པའི་ཆོས་ཀྱི་མཛེས་ཟད་མེད་པའི་སྤོང་རྟོན་པའི་མཁུལ་པ་དང་བྱུང་བའི་སྤྱོད་ཆེན་དཔ་མཛེས་རབས་ཤིག་གི་ཞབས་ཀྱི་ཕྱོད་  
ལ་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་ཏེ་བར་གདུགས་པའི་མཐུལ་ས། ཚུལ་འདི་ལ་རོ་འཛིན་ཅུང་ཞིག་གཡོ་བའི་སྤྱོད་པ་བརྟེད་པ། ལྷོ་  
བཟང་རྒྱལ་ཆོ་སྤྱོད་གཞུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་འདོའོ་འདོའོ་བའི་སྤྱོད་ཀྱན་བཤད་ཀྱི་མིར་སྤྱོད་པའི་མཚུངས་སྤྱོད་པ་ཞེད་པ་དེ་ཇི་གཏེ།

ཡེགས་པར་བཤད་པའི་སྟིང་པོ་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་སྟེལ་མར་བསྟོད་པ།

སྟེན་ཕྱོགས་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྟེན་འབྲེད་པས་ལྟོན་པམ་ཉམ་མེད་ཟས་གཙང་གི་སྒྲས་པོ་དེ་ཉིད་དྲག་པོ་ལྟར་སྟེལ་ལ་  
སྟབས་ལས་ནས་བཟང་བྱ་ཞིས་རྟོང་བརྒྱད་བརྒྱད་དང་བཅུ་ལྷག་པ་དུ་ཉ་དང་ཉག་མ་དུག་འདས་ཀྱི། བརྟན་པ་ལོ་ལྟོན་དུག་ནས་  
པར་གསུངས་པ་ལས་ཚུལ་ཁྲིམས་ལེ་བུ་འཛིན་པ་དུག་ཏུ་རྟོར་བཞེད་དང་བཅུ་ལྷག་ཟུང་དང་ཉག་མ་དུག་པ། འཕྲུལ་པའི་ཡུལ་  
དུ་ཨ་ན་ལ་ཞེས་པ། བོད་གངས་ཚན་གྱི་རྫོང་ས་འདིར་མེ་རུ་གྲགས་པ། མ་དུ་ཅེན་ལེ་ཡུལ་གྱི་པེད་ཀྱི་ཞེས་འབྲེད་ཅིང་།  
རྟོར་ཐང་གཙུག་ལག་དུ་དབང་ཐང་དང་བརྟན་པའི་མིང་མེ་ལོ་འབྲུག་ཅེས་གྲགས་པ་འབྲུང་བ་བཞི་རྟུན། བཀྲའི་སྟེལ་སྟེ་  
དང་། ཁོང་ནོང་གི་ལོ། ཀྱིས་ཞེས་པ་མཚུ་རྟུ། དུས་འཁོར་བའི་དབྱིད་ར། རྒྱ་ཅིས་པའི་དབྱིད་མ། ཚོ་འབྲུལ་དུས་ཚེན་གྱི་  
ཡར་ཚེས་དགའ་བ་དང་པོར་གཟམ་སྟེ་འབྲུལ་དར་བའི་དུས་དགའ་བར་འགོ་བཙུགས་ཏེ་རྟུ་བ་དེ་ཀའི་དམར་ཕྱོགས་གྱི་རྒྱལ་བ་  
གསུམ་པ། དུས་འཁོར་བའི་དབྱངས་རྒྱུ། གསལ་ཁྱེད་གི་འབྲུང་བ་མེ། འདོད་ཡོན་རོ། དབྱངས་འཆར་བའི་དཀར་ཕྱོགས་  
གྱི་རྒྱལ་བ་གསུམ་པ། དབྱངས་ལྟ། གསལ་ཁྱེད་ད། འབྲུང་བ་མེ། འདོད་ཡོན་གསུམ་པ། གཉིས་ཀ་མཐུན་པའི་དར་གྲང་  
ལང་ཚོ། རེ་གཟམ་སྟེ་གསུམ་པ་ཚོ་མེན་གྱ། ཚེས་སྤར་ཁེན། སྟེ་བ་ལྟེ་མེན། བདུད་ཅི་སྟོར་བའི་ཚེས་དགའ་བར། ཚེས་  
ཟུ་ཚེན་པོ་བཀྲའི་སྟེ་འབྲུལ་གྱི་སྟེ་ཁྲི་སྟེ་དབྱང་གི་ཡར་ཐོག་གཉིས་པ་རྒྱུང་ཨ་མེད་གའའ་འབྲུལ་དུ་མཚུགས་ཀྱིས་པར་བཞུགས་པ་འདིས་  
བརྟན་པའི་རྟེན་པོ་མཐའ་བྲལ་དུ་བཟའི་ལུགས་བཟང་ཕྱོགས་ཀུན་དུ་དར་བའི་ལེགས་ཚོགས་མི་རྒྱུ་ལྟོ། ॥

ཨོ་ལུ་སྟེ། ཕྱོགས་བཅུ་འི་བཀྲའི་སྟེ་དགའ་མཚན་མཆིས་སོ་ཅོག། ཕྱོགས་  
གཅིག་ར་བ་སྟུངས་སྟུན་སྟུག་རི་བོ་འི་སྟེས། ཕྱོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་འི་སྟེ་ཁྱུ་ཁྱུ་དམ་  
བཅེད་ས་པ། ཕྱོགས་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཚོས་གྲུ་འདིར། སྟེང་པོ་མེད་པ་  
སྟེ་མའི་ནོར་རྩས་ལས། སྟེང་པོ་ལེན་ཕྱིར་ཡབ་རྗེའི་ལེགས་བཤད་གྱི། སྟེང་  
པོར་རབ་སྟེལ་བསྟོད་བསྟེན་པས་ལུས་པའི། སྟེང་པོར་བསྟེན་པས་འདི་པར་དུ་  
བསྟེན་པའི་དགེས། རྒྱལ་བསྟེན་སྟེ་དང་བྱེ་བྲག་དར་ཞིང་རྒྱས། རྒྱལ་བ་ཡབ་  
སྟེས་ཞབས་པད་བསྟེལ་བརྒྱར་བརྟན། རྒྱལ་ཁམས་ཀུན་དུ་འབྲུག་ཅོད་སྟེ་གི་  
ཞི། རྒྱལ་བསྟེན་རིན་ཆེན་གཙུག་དུ་བཀྱར་གྱུར་ཅིག། དགའ་རབ་དུང་རྩར་  
ཆེན་མོ་ཉིད་གྱིས་གཙོས། དགའ་ལྟན་རབ་རྒྱས་མི་སྟེ་འབྲེལ་ཐོགས་ཀུན། དགའ་



ལེགས་པར་བཤད་པའི་སྒྲིང་པོ་ལས་བཅུམས་ཏེ་སྒྲེལ་མར་བསྒྲོད་པ།

---

བས་ཀྱན་བསྐང་ཡིག་འབྲི་ཤོས་མཁན་ནམས། །དགའ་བདེའི་དཔལ་ལ་རྟག་དུ་  
རེག་གྱུར་ཅིག། ཅིས་པ་འདི་ཡང་ལུགས་རྒྱང་ལ་མཁུན་སྒྲུན་ལྷན་ལའི་འདབ་ལྗང་ཡངས་ཤིང་། རྣམ་དཀར་ལ་  
དད་སྒྲོམས་རྒྱས་པ་དགའ་རབ་སྒྲོའི་སྒྲོབ་ཆེ་ཤིང་ནས་པར་དུ་སྒྱུབ་སྐབས་པར་བྱང་སྒྲོན་ཆོག་དུ་ཕྱུགསྒྲུབ་སྐུ་ལ་བཤོ། །

ཏྲ་མཆོ།

༡༡། །ཟབ་དོན་དབྱངས་སུ་གྱུར་བ་བྱང་བ་འཕྲོ་འདྲའི་  
སྤྱ་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་མཆོ་སྤྱ་ཡ། ཡོངས་ཀྱི་ཀུན་གསང་གསུམ་དོན་དངོས།  
དངོས་བཤེད་བྲལ་བའི་བ་མཆོག་གི་གར། །གར་སྤྱ་ཆོགས་བསྐྱར་ལས་བདག་  
ཅག་མགོན། །མགོན་ཁང་ལྷ་ཆེན་པོས་ཉག་སྐྱོངས་མཛོད། །སྤྱ་བཞིན་དུ་རང་  
གི་ངོས་ནས་སྤོང། །སྤོང་བཞིན་དུ་སྤྱ་བ་འགོག་པ་མེད། །མེད་མིན་ལ་ཡོད་  
པ་སྤྱ་མའི་ཚུལ། །ཚུལ་སྤོན་གནས་མཐུན་མིན་ཀུན་རྫོབ་གཤིས། །ཡུལ་རང་  
ངོས་མ་གྱུབ་མེད་བཞིན་སྤྱང། །སྤྱང་བཞིན་དུ་སྤོང་པ་སྤྱ་མའི་ཆོས། །ཆོས་  
ཀུན་གྱི་གནས་ལུས་གཉུག་མའི་གཤིས། །གཤིས་ཅིར་ཡང་མ་གྱུབ་རྒྱན་པོ་ཆེ། །  
ཡར་འཁོར་འདས་ཆོས་ཀུན་ངོ་པོས་སྤོས། །སྤོས་གྱུབ་པས་ངོ་པོས་སྤོང་བར་སྤོན།  
མ་འཕྲོ་བའི་ཁམས་བཞིན་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ། །ཚུལ་འདྲ་མིན་སྤྱ་ཆོགས་འབབས་སའི་  
གནད། །གནད་མཐར་ཐུག་ལྷ་བ་འཆོལ་རེ་རན། །རན་ཅམ་དུ་མ་ཟད་འཕྱིས་ནས་  
གདའ། །མཐའ་པ་རོལ་མི་ངོ་མས་འཁོར་བའི་མཆོ། །མཆོ་ཆལ་དགའ་འདི་ལས་  
སྤོལ་བའི་ཐབས། །ཐབས་དུ་པས་ཉམས་སུ་བསྐྱར་བ་ལས། །ཆད་ལས་རྟོག་  
འབྱུལ་འཁོར་གཞིལ་གྱུར་ཅིག །ཅིས་བཤོད་བྱེད་རིག་པ་སྤྲུལ་པའི་དག་གི་སྤྱ་རྒྱན་མཐའ་ཐོག་སྤྱར་བའི་  
རྒྱ་རྒྱ་ལས་བརྒྱལ་ཏེ། །ཟབ་དོན་དབྱངས་སུ་གྱུར་བ་བྱང་བ་འཕྲོ་འདྲའི་སྤྱ་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་ཟམ་མེད་གཞུང་  
ལ་བག་ཆགས་འཛོག་ཏུར། །སྤྱ་སྤོང་ཆངས་སྤྲུལ་བཞེད་པའི་དོན་དང་འཕྲོད་པས་ཆོས་བྱ་ཆེན་པོ་གཞིས་འབྱེལ་གྱི་གར་འདུག་  
ཕྱོག་པ་ཐོས་པས་མ་གྱི་སྤྱིལ་རྒྱ་དུ་བྱིས་པའོ། །

༡༡། །ཟབ་མོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ལ་བག་  
ཆགས་འཛིག་ཕྱིར་མདོ་དོན་ཅུང་ཞིག་དབྱུང་སྐབས་གང་  
ཤར་དབྱངས་སུ་བསྐྱེད་ས་པ་བྱུང་བ་ཕྱོགས་  
པའི་ཅ་ཅོ་ཞེས་བྲུ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཐུ་ཕྱོ་ལ། སྤྱིང་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་གྲར་ཁང་དུ། །གཞི་  
གཞུག་སེམས་ལང་ཆོར་སྤྲིན་པའི་གར། །འོད་དཔར་སེར་ལུང་པོ་ལྷམ་མེ་བ། །ལ་  
སྒྲུ་མའི་དོ་པོར་དུས་ཀུན་བསྐྱེན། །ཉག་ཆད་པའི་མཐའ་དང་བུལ་བ་ཡིན། །གཞི་  
སྤྱང་སྤྱོད་བྱུང་འབྱུག་དབྱེ་པའི་ལམ། །ཆོག་སྒྲུ་སྤྱིའི་གོ་བ་ཅམ་མིན་པར། །གཏིང་  
ཕུ་བག་ཆོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྤོབས། །རྩི་རྒྱལ་བའི་དཔལ་གྱི་མགུར་ནས་ནི། །གསུང་  
ཆངས་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་བསྐྱར་བ་ཡི། །མདོ་ཟབ་མོའི་རྩིས་སྒྲོས་ཚུལ་ཉིད་དུ།  
ངག་སྒྲུ་དབྱངས་འདི་སྒར་ལེན་ལ་སྒྲོ། །གངས་སུ་མཐའ་མེད་པའི་སྐར་མའི་ཆོགས།  
མཚན་ཕུན་པའི་སྒྲག་དུ་བཀྲ་ལགས་ཀྱང་། །ཉིན་འོད་སྤོང་ཆ་ཟེར་སྒྲོས་པ་ན། །ཀུན་  
མི་སྤྱང་སྤྱོད་པའི་དབྱིངས་སུ་ཡལ། །ལར་རྟེན་འབྱུང་ཆོགས་པའི་སྤྱང་བ་འདི།  
སྒྲོ་འབྲུལ་བའི་དོ་ན་ཚུགས་བྱབ་ཀྱང་། །དོན་ཡིན་ལུགས་འཆོལ་བས་དབྱུང་བ་  
ན། །ཁོར་རང་ཚུགས་བྱབ་པ་ཅང་མ་མཆིས། །མིག་རབ་རིབ་ཀྱིས་བསྐྱེད་སྤྱོ་  
པོ་ལ། །མཁར་སྒྲུ་ཤད་འཛིག་སྤྱང་འཆར་མོད་ཀྱང་། །ནད་སྤྲན་དང་དབྱུང་གིས་  
བསལ་བ་ན། །སྤྱང་འབྲུལ་སྤྱང་ལོག་པའི་སྤོང་སང་འཆར། །གདོན་དངོས་  
འཛིན་འབྲུལ་པས་བསྐྱེད་པའི་སྤོར། །གཞི་ཀུན་རྩོབ་ཅི་ཡང་འཆར་མོད་ཀྱང་། །སྒྲོ་  
འབྲུལ་བའི་རྩན་ཕུག་མཐོང་བ་ཡི། །དོན་གནས་ལུགས་འཆོལ་བའི་རིགས་དོར་

དཔེན། །སྒྲོང་གོང་ཕུའི་ངོས་སུ་མར་མའི་འོད། །དོན་རང་གི་ངོས་ནས་སྒྲོང་  
ལགས་ཀྱང་། །རྒྱན་སྐྱུམ་དང་སྒྲོང་ཕུ་མེ་སྤད་པས། །ཁོ་འབར་ཞིང་སྒྲིག་པའི་  
རྒྱས་པ་ཅན། །ཡོངས་འཁོར་འདས་སྐྱེད་གྲགས་མཆིས་སོ་ཅོག །ཡུལ་རང་གི་  
ངོས་ནས་སྒྲོང་ལགས་ཀྱང་། །ནང་དོག་པས་བྲིས་པ་སྐྱེད་པའི་རིས། །ཆེས་སྐྱ་  
ཚོགས་བཀྲ་བར་སུ་ཡིས་བསྟོན། །གཟུགས་སྐྱུག་དང་མི་སྐྱུག་སྐྱུ་མ་ཡིས། །སྒྲོར་  
ཆགས་ཞེན་འཛིགས་སྒྲག་བསྐྱེད་མོད་ཀྱང་། །དོན་དངོས་པོའི་གནས་ཚོད་དབང་  
བྱས་ན། །དེར་ཕན་གནོད་གང་ཡང་འབྱུང་བ་མིན། །སྒྲོས་བདགས་ཅམ་སྐྱུ་མའི་  
དབང་གཉིན་ལ། །སེམས་ཆགས་སྐྱེད་རེ་དོགས་ཀྱིས་བྲེལ་མོད། །ཡུལ་སྐྱེད་  
གནས་མཐུན་མིན་བསྐྱུ་བ་ཅན། །དོན་བདེན་པར་བརྩུང་བས་ཨ་ཐང་ཆད། །རྩ་  
ཉག་རེའི་ཅེ་མོར་ཆགས་པ་ཡི། །ཟིལ་ཐིགས་པ་སྤ་མོ་ཡར་ལ་ཁད། །རྒྱན་ནི་  
ཟེར་པོག་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་། །འབྲུལ་སྐྱམ་པར་འགྱུར་བའི་ཚོས་ཅན་ཉིད། །རྩ་  
འདུས་པས་བྱས་པའི་དེན་འབྲེལ་ཀུན། །རང་བྱུབ་ཅམ་ཉིད་ནས་ཕྱིས་འབྱུང་གི།  
རྩ་གཞན་ལ་སྒོས་པ་མེད་པར་ནི། །ཁོ་འཛིག་པའི་ངང་ཅན་ཉིད་དུས་སྐྱེས། །མཚོ་  
མཚེལ་ལྷེད་ཀ་འབྱིལ་བ་རུ། །ཆར་ཐིགས་པ་ཆེན་པོ་བབས་པའི་ཆོ། །འབྲུལ་  
རྩ་བུར་དོལ་ཞིང་ཞིག་གྱུར་པ། །ཀུན་རྩ་ཡི་རང་བཞིན་ཉིད་དུ་གནས། །ལས་  
ཉོན་མོངས་སྒྲོག་གིས་བཅིངས་པ་ཡི། །གནས་སྤིད་གསུམ་བཙོན་རར་ཟག་བཅས་  
ཀྱི། །ཡུལ་བདེ་སྐྱུག་པར་མ་སྒྲོང་བའི་ཚོར། །གང་སྐྱེས་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རང་  
བཞིན་ཉིད། །སེམས་གཉིད་ཀྱིས་བསྐྱོད་པའི་མི་ལམ་དུ། །དཔལ་ཕུན་ཚོགས་  
མཁོ་དགྲ་འབྱོར་བ་ལ། །ཡོངས་རི་ཅམ་སྐྱེད་ཅིང་སྐྱེད་ན་ཡང་། །གཉིད་སང་ཆེ་  
མི་བདེན་སྒྲོང་ཉང་ངེ། །འབད་ཚོལ་བ་དྲག་པོས་བསྐྱབས་པ་ཡི། །ནོར་ཡོངས་  
སྒྲོད་ཟས་གོས་གནས་མལ་གྲོལ། །སྐར་ཡོངས་སུ་སྐྱེད་པས་སྒྲོངས་གྱུར་པ། །དུས་

ད་ལྟ་དྲན་པའི་ཡུལ་ལས་གང་། ཁྱོད་གཡུ་བ་སྐད་ཅིག་ཡུད་ཅམ་ལ། དཀར་  
ལམ་མི་སྤང་ཞིང་ཡལ་ནས་འགོ། ཉེ་གང་ནས་འོང་ཞིང་གང་དུ་འགོ། བར་  
གང་དུ་གནས་ཞེས་ངེས་བརྒྱད་མེད། ཉུས་ད་ལྟ་མངོན་དུ་གྱུར་བ་ཡི། ཡུལ་  
སྤྱོད་གས་བཟ་བའི་ལྟ་དམོ་འདིར། ཁྱོད་ཞིབ་མོས་བརྟེན་ཤིང་དབྱུང་བ་ན། དམིགས་  
གཏད་མོ་བུལ་ཞིང་གཞི་རྩས་དཔེན། གཟུགས་ཐོགས་རིག་བུལ་བའི་སྒྲིང་སང་  
མཁར། སྤྲིན་རྒྱ་རིས་ཅན་གྱི་མིང་ཁང་ནས། སྤྱང་ཆར་བ་བབས་པའི་རྟེན་འབྱུང་  
གིས། སུར་ཅི་བརྟུང་ལོ་འབྲས་གཡུར་དུ་བ། སེམས་རང་བཞིན་འོད་གསལ་  
སྒྲིང་བའི་དབྱིངས། ཆོས་ཀུན་བྱང་རྒྱ་རྒྱུན་སྤྱོད་གས་ལས། འབྲས་རྣམས་  
སྤྲིན་བདག་པོ་རྒྱ་མཐུན་གྱི། དག་མ་དག་སྒྲིང་བརྟུང་སྤྱོད་གས་འབྱུང་། ཡོངས་  
དབྱུ་མའི་གཞུང་ལ་སྤངས་པའི་འབྲས། རྣང་ཡང་དག་འཛོག་གི་སྐལ་དམན་ཡང་།  
ཆོག་ཐོས་བྱུང་སྒྲིང་ཡིས་བྱུང་གྱུར་པ། དག་བྱགས་འབྱུང་སྒྲིང་དབྱུངས་དེ་ལྟར་ཐལ།  
གཏམ་དེ་སྐད་བསྟུང་པའི་རྣམ་དཀར་གྱིས། བཟ་དཀར་ཞིང་རྟེན་དཀར་དབྱུ་མའི་  
ལམ། རྗེ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་རྗེ་བཞིན་དུ། མ་འགོ་བ་ཀུན་གྱིས་རྟོགས་གྱུར་  
ཅིག རྒྱལ་འདི་ཡང་སྒྲིང་ཡི་པསྒྲིང་ཆལ། ཆོག་སྟན་འབྱུར་དེ་བཟང་རབ་སྒྲིང་  
ཞིང་། རོན་རྒྱ་ཆེན་སྤང་ཅིའི་དོགས་པ་ཡིས། བྲི་མཚོ་སྤྲིན་སྤྲིན་ལས་བསྐྱུངས་  
བྱེད་པས། རྣང་རྟོག་པས་སེམས་ལ་བྲིས་པའི་རིས། བྲི་ཤོག་བྱའི་ངོས་སུ་འདི་  
ལྟར་དུ། ཉུས་རབ་བྱུང་བཅོ་ལྔའི་རྒྱ་ལོའི། རྒྱལ་རྒྱ་བའི་ཡར་ཆོས་གསུམ་  
པར་པལ། ཅིས་ཟབ་མོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་རྒྱལ་ལ་བག་ཆགས་འཛོག་ཕྱིར་མདོ་རོན་ཅུང་ཞིག་དབྱུང་  
སྐབས་གང་ཤར་དབྱུངས་སུ་བསྐྱབས་པའི་བཅུ་ལྔའི་ཅེ་ཆོས་བྱུང་བའི་རྟེན་རྟོག་གི་རྩྱུང་འཇམ་ལ་ཞེན་པ་ཅས་འཇས་སྤྲོད་  
བས་ཐོས་དོན་རྒྱལ་བཞིན་སྐབས་པའི་སྐལ་བས་དམན་པོ་བླ་རྒྱ་མཚོ་སྤྲིན་གསུལ་ག་ཆོས་ཀྱི་འོད་འཛོར་འོད་པས་ཆོས་  
གྲ་ཆེན་པོ་བཀའ་ཤིས་འབྲིལ་གྱི་གར་འདུག་སྤྲིན་པ་ཐོས་བསམ་གྱི་སྤྲིལ་རྒྱུད་དུ་རབ་ཆོས་རྒྱ་ལོའི་རྒྱལ་རྒྱ་བའི་ཡར་ཆོས་  
ལ་སྐུར་བའོ་ཡུམ།

༡༡། །ཟབ་མོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ལས་བཙམས་ཏེ་གང་  
གར་དབྱངས་སུ་བསྒྲིབས་པ་ཉམས་དང་འབྱུར་བ་སྒྲོང་གིས་  
དུས་རའི་རྒྱད་ཀྱི་སྒྲིམས་འཆར་  
ཞེས་བྲ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཚུ་མོ་ལྷ་ཡ། གང་གང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་བ། །དེ་  
དེ་བདེན་པས་སྒྲོང་དོ་ཞེས། །སྟན་སྟན་ཆངས་པའི་སྐྱ་དབྱངས་ཀྱིས། །ཡང་  
ཡང་འདོམས་མཛད་དེ་ལ་འདུད། །མྱིར་མྱིར་གཡུ་འབྲུག་སྐད་གསང་ལ། །ཀྲོག་  
ཀྲོག་མགྱིན་པ་བདེགས་བྱས་ནས། །ཁྱུ་ཁྱུ་བཟླ་བའི་གཙུག་སྤྱད་ཅན། །ཡིང་  
ཡིང་གར་དུ་རྟེན་པ་བཞིན། །ཟབ་ཟབ་དབྱུ་མ་ཆེན་པོ་ལ། །དྲུང་དྲུང་མོས་པ་མི་  
དམན་པ། །འགའ་འགའ་རྒྱ་ལམ་སྤིད་གུར་ན། །ཁྲིས་ཁྲིས་ན་བསྐྱགས་ཏེ་ཉོན། །  
མང་མང་ཀུན་རྫོབ་སྐྱུ་མའི་ཆོས། །གསལ་གསལ་བཀྲ་བའི་ལྷད་མོ་འདི། །བམ་  
བམ་མ་བརྟག་ཉམས་དགའི་དོར། །རང་རང་དོས་ནས་བྱུང་ཉམས་ཅན། །སྒྲ་  
སྒྲ་དབྱུ་མའི་རིགས་ལམ་ནས། །ཡང་ཡང་དབྱུད་པས་ལེགས་བཙལ་ན། །ཁོ་ཁོ་  
རང་རྒྱགས་བྱུང་བ་ཞིག །གང་གང་རྟེན་པ་ཅང་གདང་འཕ། །སྒྲོང་སྒྲོང་ཆོས་  
ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་ནས། །གསལ་གསལ་སྒྲ་ཆོགས་འཆར་འདི་དག །དེ་དེ་སྤང་  
སྤང་མ་བྱུང་བྱང་། །རྒྱན་རྒྱན་སྤང་བ་སུ་ཡིས་འགོག །རང་རང་དོས་ནས་རྒྱགས་  
བྱུང་དུ། །བྱུང་བྱུང་འདྲ་བ་འདི་ནམས་ལ། །དེ་དེ་ཟེར་བའི་དོ་བོ་ཞིག །དེས་  
དེས་མཐུབ་མོ་འཐུགས་སས་དབེན། །འདི་འདི་ཞེས་སུ་ཕར་ལ་ནི། །འབྲེལ་  
འབྲེལ་སྒྲོ་ཡིས་བརྟགས་མིན་པར། །ཡོད་ཡོད་ལྷ་བྱར་སྤང་བ་ནི། །ལྷང་ལྷང་

འཆར་བ་བསྟོན་མེད་ཀྱང་། །མཁས་མཁས་ཟླ་མེད་སྟོན་པ་ཡིན། །སྟན་སྟན་  
 གསུངས་བཞིན་ཡེགས་དབྱང་ན། །བདེན་བདེན་ཚུགས་སྟུ་བྱུ་བ་པའི་ཚུལ། །སྟོང་  
 སྟོང་གཤིས་ལུགས་དབྱིངས་སྟུ་འཕྲོས། །རྩན་རྩན་སྟང་བརྟེན་འབྲེལ་གྱིས། །སྟོང་  
 སྟོང་བདེན་མེད་རང་མཆང་སྟོན། །སྟོང་སྟོང་གདོད་མའི་སྟོང་ལུགས་གྱིས། །རྩན་  
 རྩན་རྟེན་འབྲེལ་གོ་ཡང་འབྱེད། །ཡོད་ཡོད་ཟེར་བའི་ཆོས་འདི་ཀྱན། །མེད་མེད་  
 འདྲ་ཡང་མེད་མིན་ལ། །བདེན་བདེན་འདྲ་ཡང་བདེན་པས་སྟོང་། །རྩན་རྩན་སྟུ་  
 མའི་རོལ་བ་བཞིན། །ཟབ་ཟབ་དབུ་མ་ཆེན་པོའི་དོན། །ཡང་ཡང་ཚུལ་བཞིན་  
 མས་དབྱེད་དེ། །ངེས་ངེས་མཐའ་བལ་དབྱིངས་རྟོགས་ན། །ཟུར་ཟུར་སྒྲང་དོར་  
 ལ་བཙོན་གསུངས། །ཀྱི་ཀྱི་སྟོ་སྟོས་གསལ་ལྷན་དག །འབྲལ་འབྲལ་ཅམ་མིན་  
 ལུགས་གྱི་དོན། །ཡང་ཡང་སྟུ་བའི་རྫོང་ལས་ནི། །མགྲོགས་མགྲོགས་འགྲོས་  
 པར་འདོད་ན་གོ །ཟུར་ཟུར་སྟེག་སྟོངས་དགེ་སྟུ་བ་སྟོ། །ལམ་ལམ་འཆར་བའི་  
 རྟེན་གྱི་གཙོ། །ཟབ་ཟབ་རྟེན་འབྱུང་རྟོགས་སྟང་དུ། །འབད་འབད་བཙོལ་བ་བརྟེན་  
 པར་རིགས། །ཟབ་ཟབ་དབུ་མའི་གཞུང་ལུགས་གྱི། །དག་འ་དག་འ་གནད་གྱི་  
 དོན་པོའི་མདུད། །སྟུག་སྟུག་དཀོལ་བའི་ཆོག་གི་རྩན། །སྟན་སྟན་ལུགས་འབྱུང་  
 དབྱངས་སྟུ་ཐལ། །མཐོ་མཐོ་ཀྱན་ལ་སྤྲག་དོག་ཅིང་། །དམའ་དམའ་ཁིངས་པས་  
 ཁྱད་དུ་གསོད། །མཉམ་མཉམ་ལ་ནི་འགན་འཁོལ་བའི། །གྲང་གྲང་འགྲོ་ལ་  
 འདིས་ཅིབ། །ཀྱི་ཀྱི་གཟུར་གནས་སྟོ་སྟོས་ཅན། །འག་འ་འག་མཆིས་ན་གཟིགས་  
 མཛོད་ལ། །ཉིས་ཉིས་དགག་སྟུ་བ་འབེན་དུ་གྱིས། །ཡེགས་ཡེགས་ཆ་ནི་སྟོ་  
 བསྐྱེད་མཛོད། །བཟང་བཟང་ནམ་དགར་ཀྱན་སྟོང་གིས། །ཟབ་ཟབ་སྟང་སྟོང་  
 ཟུང་འཇུག་དོན། །འགྲིག་འགྲིག་ཆོག་དུ་བཛོད་པའི་དགེས། །ཟུར་ཟུར་ཟུང་  
 འཇུག་སྟུ་ཐོབ་ཐོབ །གསལ་གསལ་སྟོ་ཡི་འཇུག་པ་བརྩས། །ཞིབ་ཞིབ་རིགས་

ཅ་ནེ་ཐ་མ་ཐོ་བཟང་ཀྱ་མཆོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒོར།

པའི་ལས་བཟང་པོར། །ཡང་ཡང་ཀྱ་ཆེར་དབྱེད་པ་དེས། །སྟན་སྟན་མཆོ་སྒྲིས་  
འབྲེང་འདི་བསྟར། །ཞེས་ཐམ་མེད་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་རྩལ་ལས་བཅུ་མ་ཉེ་གང་ཁྱད་དབྱེད་སྟེ་བསྟེན་  
པ་ཉམས་དང་འབྱུར་བ་སྟོང་གི་དུས་འདི་རྒྱ་གྱི་སྟེ་མས་འཆང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་རིགས་པ་སྣུ་བ་གསལ་པ་སྟོབ་ཆར་ཞེས་བྱ་བས་  
དང་ངེས་ན་མ་འབྲེད་ཆེན་མོ་དང་ནམ་མཁུན་དགོངས་པར་བགས་ལ་གཉིས་སྟོལ་བཅུར་སྟེ་དབྱེད་སྟེ་འགྲོ་སྟེ་བས་འདི་འདྲ་ཞིག་  
དགོས་ཞེས་བསྟན་པའི་དོར་རིགས་པ་སྣུས་པ་སྟོབ་ཆར་ཀྱ་མཆོ་སྒྲིན་གཙུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་འདོད་འཇོར་འཕྲོད་པས་བསྟེན་པས་པ་  
རྩ་ལྟ། །

༡༡། །རྒྱ་རྒྱེན་རྟེན་འབྲེལ་ཆོགས་པའི་འཕུལ་ལས་བྱུང་བའི་ཐོལ་  
སྒྱ་རང་བཞིན་སྟོང་བའི་སྒྲིག་མོར་མཇུག་བ་  
སྟེ་བས་པའི་ཕོ་ན་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཆོ་སྒོ་ལ། །སྟོང་བཞིན་སྟོང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་འཕུལ་འཁོར་  
གྱིས། །སྟོང་བཞིན་སྟོང་བའི་རང་བཞིན་དེ་སྟོང་མཁུན། །སྟོང་བཞིན་སྟོང་བ་  
འགོག་མེད་མཛོད་གུར་བ། །སྟོང་བཞིན་སྟོང་བའི་བྲག་ཅ་སྟོར་དེས་སྟོངས། །མེད་  
བཞིན་སྟོང་བ་རྟེན་འབྲེལ་རྩ་བག་སྟེ། །ཡོད་བཞིན་སྟོང་ས་པ་ཆོས་དབྱིངས་རང་  
གཤིས་ཡིན། །སྟོང་བཞིན་སྟོང་བ་རྟེན་འབྲེལ་གཤོད་མའི་གཤིས། །སྟོང་བཞིན་  
སྟོང་བ་ཆོས་དབྱིངས་ཡོ་ལང་ཡིན། །མེད་བཞིན་སྟོང་བ་འགོག་མེད་སྒྱུ་མའི་ཆོས། །  
ཡོད་བཞིན་གཞི་ཙ་བུལ་བ་ནམ་མཁའི་འཇུག། །སྟོང་བཞིན་སྟོང་བར་འབྲོས་པ་  
ཀུན་རྫོབ་གཤིས། །སྟོང་བཞིན་སྟོང་བ་སྟོང་ཆོགས་ཆོས་དབྱིངས་འཕུལ། །སྟོང་  
བཞིན་སྟོང་བ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ཀྱི་དོས། །སྟོང་བཞིན་སྟོང་བ་འཇུག་ཆོན་བྲག་  
མདངས་གསལ། །སྟོང་བཞིན་རང་བཞིན་སྟོང་བའི་གཤིས་ལ་འཆེལ། །སྟོང་



ཅ་ནེ་ཐ་མ་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གཞུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒོར།

བཞིན་སྐྱང་བ་སྐྱ་ཚོགས་ཐོལ་གྱིས་རྒྱ། །ཡོད་བཞིན་དམིགས་གཏད་བྲལ་བའི་  
སྒོར་བ་དང་། །མེད་བཞིན་སྐྱང་བ་ལྷག་པར་གནས་བ་ལ། །བལྟ་བཞིན་བལྟ་  
མེད་ཚུལ་དུ་ལེགས་བལྟས་ནས། །མཐོང་བཞིན་མཐོང་མེད་ཚུལ་དུ་ནམ་ཞིག་  
མཐོང་། །སྐྱང་བཞིན་སྒོར་བའི་གཤིས་ལུགས་མཐར་ཐུག་དང་། །སྒོར་བཞིན་  
སྐྱང་བའི་ཀུན་རྫོབ་རང་གཤིས་གཉིས། །གཉིས་བཞིན་སོ་སོར་སྐྱང་བ་དེ་མིད་  
དུ། །གཤིས་བཞིན་ཐུབ་པའི་དགོངས་པ་རྟོགས་པ་མིན། །སྐྱང་སྒོར་ཚོས་གྱི་  
ཕ་མཐའ་མ་དམིགས་པ། །སྐྱང་སྒོར་རྒྱང་འཇུག་རྒྱ་ལས་འདའ་བ་མེད། །སྐྱང་  
སྒོར་ཚོས་གྱི་སྐྱང་ཚུལ་རྒྱན་པོ་ཆེ། །སྐྱང་སྒོར་གཤིས་ལུགས་བདེན་པ་དཔོག་བྱེད་  
ལགས། །ཞེས་རྒྱ་རྒྱུན་རྟོན་འབྲེལ་ཚོགས་པའི་འཕྲུལ་ལས་བྱུང་བའི་ཐོལ་སྐྱར་བཞིན་སྒོར་བའི་སྒྲིག་སྐོར་མཛའ་  
བརྟེན་པས་པའི་མཉམ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཨེ་ཤྲོ་ཚོས་འཕོར་སྤྱོད་གི་གྲུ་འགས་སྐྱ་དང་ཅིས་གྱིས་འེས་འབྲི་བྱ་བ་འེགས་པའི་འཕྲུལ་  
སྒྲིན་པ། མཚོད་དོན་འགས་བཤད་ལ་རྒྱན་དག་མེའོར་ཅ་འབྲེལ་འོད་མཁས་གྱི་དཔེར་བཞིན་བཅས་འཇུག་ཁྲིད་བཞིན་སྐྱབས་  
སྐོར་རྒྱན་གྱི་ཐད་དུ་སྐྱབས་པ་དང་། རྣམ་མཁའ་འཇུག་སྤྱོད་གྱིས་ཡང་ཡང་སྤྱོད་ཅི་ཡང་ཡང་གསལ་བ་རྣམས་སྐྱབས་པའི་གིར་  
གཤིས་དོམ་པས་རྒྱན་བྱས་ཏེ། སྤྱི་ལོ་ནགས་གྱི་སྤྱན་རྒྱོང་ས་ཡངས་པོའི་ཁར་མཐར་སྐྱོས་པའི་རྟོག་གེར་ཞེན་པ་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་  
དང་འཕམ་མིང་ག་ཞན་སྤྱི་མེང་ཆང་ས་སྤྱས་བཞད་པ་རྟོཾར་འཕོད་པས། མ་རྒྱུད་དག་འབ་འབྲིལ་བའི་དབྱིབས་སྤྱི་འབབ་པའི་ཁྲག་  
པ་སྤྱོད་དགར་སྤྱོད་གྱིས་འི་ཆ་སྤྱད་ས་གཤེར་ཁམས་མཛོར་གྲགས་པའི་དཔལ་ཐང་ཡངས་པོའི་སྤྱར་ཐོག་དུ་ཆོག་པ་ཞེས་པའི་ལའང་  
སྐོར་རྒྱན་གྱི་དོན་གཉིས་ཀ་ལ་སྐོར་བ་དང་སྤྱི་རྒྱན་ཅེ་ཆང་བར་བྱས་ཏེ་ཆོག་དང་དོན་གྱིས་སྤྱི་གའི་རྣམས་དང་འགྱུར་བ་སྤོར་  
གིས་ཤུགས་འབྱུང་དབྱུངས་སྤྱབ་སྤྱོབས་པའོ། །

# ༡༧། །ལྷ་པའི་ངོ་སྤྲོད་དགོས་ཞེས་པའི་ལན་དྲང་པོའི་ ཆངས་ཐིག་ཅེས་བྲུ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཉུ་ལྟོ་ལྷ་ཡ། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་མངའ་བདག་གཏོད་མའི་  
མགོན། །དུར་སྤྲིག་གི་ཐོལ་འཆང་ཞང་སྟོན་རྒྱུ། །འབྲུལ་མེད་དུ་སྦྱིང་དབུས་  
ལེགས་བཞུགས་ནས། །དངོས་འཛིན་གྱི་འབྲུལ་བ་བསལ་དུ་གསོལ། །དོ་རྩེ་  
ཡི་སྦྱར་གྲོགས་ཁྱོད་ཉིད་ནས། །མཐའ་བལ་གྱི་གནས་ལྷགས་སྟོན་པ་ཡི། །སྦྱར་  
འཛིབས་གྱི་སྦྱུ་དབྱངས་ཡོངས་ཤིག་ཅེས། །ནན་ཏན་དུ་བསྐྱལ་ངོར་འདི་སྐད་ལོ།།  
དབྱ་ཆད་གྱི་རིགས་པའི་ལམ་ཞུགས་ནས། །ངེས་དོན་གྱི་མདོ་སྡེ་བཟོ་མེད་དོན།།  
འཆོལ་ཁུལ་གྱིས་མི་ཆོ་བསྐྱལ་ན་ཡང་། །འོལ་སྦྱི་ཡི་འབྲུལ་འབྲུམས་ཅམ་དུ་བད།།  
གནས་ཚུལ་ལ་མ་རེག་སྒོས་བྲས་གྱི། །དགག་བྲུ་ཞིག་བཅའ་ནས་འགོག་ལྷགས་  
འདིས། །གནས་ཚུལ་གྱི་གཤིས་ལྷགས་སྟོར་ནས་གདའ། །སྦྱང་ཚུལ་འདིས་ད་  
དྲུང་བསྐྱུ་སྦྱུ་མཆིས། །མཐར་ཐུག་གི་དགོངས་མིན་དྲང་དོན་གྱི། །མདོ་སྡེ་  
ཡི་སྦྱས་ཟིན་གོམས་ལྷགས་འདིས། །ངེས་དོན་གྱི་གནས་ཚུལ་སྟོར་ནས་གདའ།།  
དྲང་དོན་འདིས་ད་དྲུང་བསྐྱུ་སྦྱུ་མཆིས། །བདེན་སྟོང་ལ་མ་སྦྱོགས་བདེན་འཛིན་  
གྱིས། །བདེན་པ་རུ་འདོཌ་ཤིང་ཞེན་ལྷགས་འདིས། །བདེན་སྟོང་གི་གཤིས་ལྷུན་  
སྟོར་ནས་གདའ། །བདེན་འཛིན་འདིས་ད་དྲུང་བསྐྱུ་སྦྱུ་མཆིས། །ཆོས་ཉིད་  
ལ་མ་རེག་ཆོས་ཅན་གྱི། །དངོས་པོ་ལ་བདེན་པར་འཛིན་ལྷགས་འདིས། །ཆོས་  
ཉིད་གྱི་རང་བཞིན་སྟོར་ནས་གདའ། །ཆོས་ཅན་འདིས་ད་དྲུང་བསྐྱུ་སྦྱུ་མཆིས།།  
གཞན་དབང་གི་གནས་ཚུལ་མ་དབྱུད་པར། །ཀྱུན་བདགས་གྱི་འདོགས་ལྷགས་

ཅན་སྒྲ་མ་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚའི་གསུང་ལས་ལྟ་མགུར་གྱི་སྒྲོར།

ལྟར་ཞེན་འདིས། །འགྱུར་མེད་གྱི་ཡོངས་གྲུབ་སྒྲོར་ནས་གདའ། །ཀུན་བདེ་  
འདིས་ད་དུང་བསྐྱེད་སྒྲུབ་མཚེས། །དོན་དམ་གྱི་གནས་ཚུལ་བསྐྱེད་བྱས་ནས། །ཀུན་  
རྒྱུ་གྱི་སྒྲུབ་ཚུལ་ལྟར་ཞེན་འདིས། །དོན་དམ་གྱི་ཡིན་ལུགས་སྒྲོར་ནས་གདའ། །  
ཀུན་རྒྱུ་འདིས་ད་དུང་བསྐྱེད་སྒྲུབ་མཚེས། །བརྗོད་མེད་གྱི་གནས་ཚུལ་མ་མཐོང་  
བར། །སྒྲ་ཚེགས་གྱི་སྒྲ་ཡི་བརྗོད་ལུགས་འདིས། །བརྗོད་བྲལ་གྱི་གཤིས་ལུགས་  
སྒྲོར་ནས་གདའ། །བརྗོད་བྱེད་འདིས་ད་དུང་བསྐྱེད་སྒྲུབ་མཚེས། །ཚེས་ཅན་གྱི་  
སྒྲུབ་ཚུལ་མཐོང་ལས་འདི། །ཚེས་ཉིད་གྱི་སྒྲོང་ནས་འཆར་བ་ལས། །ཚེས་བདག་  
དུ་འགར་ཡང་མ་གྲུབ་པའི། །ཚེས་དབྱིངས་གྱི་རང་ཞལ་ལྟར་མཐོང་ཤོག །ཅེས་  
པའདི་ཡང་ངེས་པོར་གྱི་བཀའ་གདམས་གྱི་དགེ་འདེབས་གཉིན་དཔལ་ལྡན་སྒྲ་བཟུང་པའི་འདུན་ནས་སྤྱོད་འཇུག་ཆེན་མོའི་  
མཛུབ་ཁྲིད་ཞིབ་ཀྱིས་རྒྱན་དུ་མ་ཉན་པའི་དམ་པའི་ཚེས་གྱི་མཆེད་པོར་རོང་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུན་སྒྲ་སོར་བདག་གིས་ལྟ་པའི་སྒྲོན་  
མགུར་འགའ་ཞིག་ངེས་པའ་མཐོང་བས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་བྱོད་གྱིས་སྒྲ་བཤོ་ཡོད་པ་ཐག་ཚད་པས་ཁོ་བོ་ལ་ངོ་སྤྱོད་གྱི་མགུར་ཞིག་མ་  
དགོས་ཞེས་ཡང་ཡང་ནན་གྱིས་བསྐྱུལ་བལ། དེ་འདྲ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་ཤོ་བཤྲོགས་འགྲོ་ཆམ་ཡང་མེད་ཅེས་ཆིག་གི་འདྲ་སྒྲུང་ས་ཡང་  
ཡང་བྱས་ཀྱང་མ་ཉན་པའ་རང་བཞིན་དང་པོའི་གཏམ་གྱི་ཆང་ས་ཆིག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མང་དུ་ཆོས་པ་འཚོ་བའི་བརྟལ་ཞུགས་  
ལ་གནས་པ་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྤྲོད་གཏུག་ལག་ཚེས་གྱི་འདོད་འཇོར་འབོད་པས་སྒྲུར་བའི་ཡིག་བཞི་སྒྲོན་ལུང་དགེ་སྒྲོང་སྒྲོ་  
གསལ་གྱིས་བཞིས་པོ།

༡༧། །ཡུ་བ་སི་ཀ་རིན་ཆེན་དོ་རྩེ་ལ་སྒྲུལ་བའི་ལྟ་སྒྲོམ་སྤྱོད་  
འབྲས་གྱི་མགུར་མ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་མཐུ་སྒྲོ་ལ། །གཞི་བདེན་གཉིས་གནས་ཚུལ་ས་ལེར་གཟིགས། །  
ལམ་ཐབས་ཤེས་སྤྲོད་པོ་ཡང་སྤྲོད་འདོམས། །ལས་སྤང་སྤང་ཀུན་གྱི་མིག་སྤར་

བསྐྱར། །ལ་སྐྱ་གཉིས་མངོན་གྱུར་ཞབས་ལ་འདུད། །གཞི་སྤང་བ་སྤོང་བའི་  
 རྣམ་འགྱུར་ཏེ། །གཤིས་སྤོང་བ་སྤང་བའི་རང་བཞིན་ཉིད། །སྤོང་ཅ་བལ་སྤང་  
 བའི་གོ་འབྱེད་མཁན། །ཡོངས་སྤང་བ་སྤོང་བའི་ཡོ་ལང་ཡིན། །ལར་རང་རེར་  
 སྤང་བ་བཀྲག་འབར་བ། །ཆེས་འབྱུལ་པས་བསྐྱད་པའི་རང་མདངས་ཏེ། །དོན་  
 གཤིས་སྤྱ་འདི་གར་བྱབ་གྱུར་ན། །ལམ་བསྐྱོམ་པས་ཐོལ་འདོད་ལ་མ་བརྒ། །ཡི་  
 གདོད་ནས་སྐྱེ་བྱེད་ཀྱིས་དབེན་པས། །འབྲས་སྐྱེས་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་སྐྱེས་ལ། །གཤིས་  
 སྐྱེ་མེད་དབྱིངས་ནས་སྐྱེ་བར་སྟོན། །སྐྱེས་མ་སྐྱེས་དམ་པའི་དོན་དུ་མཉམ། །གཤིས་  
 སྤོང་རྟོགས་སྟོ་ཡིས་སྤྱིད་ཅ་གཙོད། །ཐབས་སྤྱིད་རྗེས་ཞི་བདེར་སྤྱིད་པ་འགོག།  
 ལམ་སྤོང་ཉིད་སྤྱིད་རྗེས་སྤྱིད་པོ་ཅན། །ཆོས་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྤོང་ཉིད་ཁྲུ་ཡིན།།  
 གདོན་བདག་འཛིན་དེས་བསྐྱེད་གཙུག་འཛིན་གཉིས། །མཉམས་གཤིན་པའི་ཚུལ་  
 ལ་རེས་རྟེན་ན། །དེ་འབྱར་འཛོམས་གཉེན་པོ་ཐབས་ཤེས་ཀྱང་། །ཁྲོགས་འགྱུར་  
 ཚུལ་སྟོ་ལྷན་སྐྱས་མི་དཔོག། །ཡི་གདོད་ནས་སྐྱོམ་མཁན་མ་བྱབ་པས། །ལམ་  
 བསྐྱོམ་པ་ཉིད་ཀྱང་བསྐྱོམ་མིན་ལ། །གཤིས་བསྐྱོམ་མེད་རང་ནས་བསྐྱོམ་རྒྱ་བྱུང་།།  
 བསྐྱོམ་མ་བསྐྱོམ་དམ་པའི་དོན་དུ་མཉམ། །ནང་ཉོན་མོངས་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྤོང་  
 གིས། །ཕྱི་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་ཡང་དེ་སྤྱིད་དེ། །དེའི་གཉེན་པོ་ཆོས་ཀྱི་སྟོ་མོ་ཡང་།།  
 གངས་དེ་སྤྱིད་གསུངས་པ་ཁྱང་དོར་གཞོལ། །འབྲས་འཁོར་འདས་སྤོང་བཅུད་  
 མ་ལུས་པ། །རྒྱ་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ཤེས་ན། །ལས་དཀར་ནག་ཁྱང་དོར་  
 འབད་པ་ལས། །ཆོ་འདི་སྤྱིའི་མདུན་མ་གཞན་ཅིས་སྐྱབ། །ཡི་གདོད་ནས་སྤང་  
 ཁྱང་གིས་སྤོང་བས། །ལས་ཁྱང་དོར་སྤྱད་ཀྱང་སྤྱོད་མིན་ལ། །གཤིས་བྱ་མེད་  
 སྤོང་ནས་སྤང་ཁྱང་བྱུང་། །སྤང་མ་སྤང་དམ་པའི་དོན་དུ་མཉམ། །གཞི་སྤང་  
 སྤོང་ཁྲོགས་སྤྱ་ཤར་བའི་མཐུས། །ལམ་ཐབས་ཤེས་གོམས་པ་འཕེལ་བ་ལས། །ལས་

སྒྲུང་སྒྲུང་སྒྲུང་པ་མཐར་ཕྱིན་ནི། །འབྲས་ཚོས་གཟུགས་སྒྱུ་གཉིས་ཟུང་འདུག་བཞིས། །  
 དབྱིངས་རིག་པ་དབྱིར་མེད་འདེས་པའི་སྒོར། །སྒྱུ་གང་འདུལ་འོལ་གར་སྒྱུ་མའི་  
 འཕུལ། །རྒྱ་བསམ་སྒྲོར་ཕུན་ཚོགས་སྒྲོན་མོར་ལས། །འབྲས་དོན་གཉིས་ཕུན་  
 ཚོགས་ཨི་མ་དོ། །ཡི་གདོད་ནས་ཞི་བའི་རང་བཞིན་གྱིར། །འབྲས་ཁོལ་བ་  
 ཉིད་ཀྱང་ཁོལ་མིན་ལ། །གཤིས་ཁོལ་མེད་རང་ནས་ཁོལ་བ་བྱུང་། །ཁོལ་མ་  
 ཁོལ་དམ་པའི་དོན་དུ་མཉམ། །གཞི་སྒྲུང་སྒོར་དབྱིར་མེད་ལྷ་བའི་ཕུལ། །ལས་  
 ཚོགས་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་སྒྲོམ་གྱི་ཅེ། །ལས་ཚོགས་བསགས་སྒྱིབ་སྒྲོར་སྒྲོང་  
 པའི་རབ། །འབྲས་སྒྱུ་ཐུགས་ཟུང་འདུག་འཛོལ་བའི་མཚོག །སྒོ་ཞིབ་མོས་རིགས་  
 པའི་ལམ་བཅའ་ནས། །ཆོག་བཟང་པོས་ལྷ་སྒྲོམ་སྒྲོང་འབྲས་ཀུན། །མཐར་དམིགས་  
 མེད་རྒྱ་ཡིས་འདེབས་ཚུལ་བཅས། །སྒྲུས་འདི་ཀུན་མིད་མཚོ་བཀལ་ཕྱིར་བཟློ། །  
 ཞེས་པ་འདི་ཡང་ཡུབ་མིག་རིན་ཆེན་རྟོགས་ལྷ་སྒྲོམ་སྒྲོང་འབྲས་ཀྱི་མགུར་མདག་གཟུང་འདུག་པར་ཆོག་ཅིང་ལམ་སྒྲུར་བཤོད་  
 སྒྲུལ་དག་གིས་གཟུང་ལུགས་དང་དབྱིབས་མཚུངས་སྒྱུ་བསྒྲུས་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་འབྲིད་གོས་ཞེས། བདེ་མཚོག་ཅན་གྱིས། བདེ་  
 བཅས་གྱི་ཞིང་མདོ་ལྷ་རྟེན་བཅས་ནས་གྱིས་བསྒྲུལ་བའི་དོར། རིགས་པ་སྒྲུབ་བློ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྒྲིག་གཙུག་ལག་ཚོས་ཀྱི་འདོད་  
 འཛོར་འཕྲོད་པས་ཁར་མར་བསྐྱེབས་པའོ། །

## ༣༧། །མི་ལམ་གྱི་དགའ་མས་བསྐྱལ་བའི་ཐོལ་སྒྱུ་ཞེས་བྲ་བ།

མི་གིགས་མེས་ཀྱི་སྒོས་གར། །དམར་མེར་འོད་དུ་འབར་བ། །རིན་  
 ཅན་མ་མའི་དོ་པོར། །སྒྲིང་གི་བརྒྱར་བཞུན་ནོ། །དངོས་འདྲིན་འཕྲུལ་བས་བསྐྱུས་  
 པའི། །སྒོ་སྒྱུ་ཡིངས་ཀྱིས་བསྐྱར་ནས། །གང་སྒྲུང་སྒོར་བར་འཆར་བའི། །སྒོ་  
 མིག་སྒྲིང་ལ་སྒྱུན་ཅིག །དབང་པོའི་ཤེས་པས་དབེན་པའི། །རང་མེས་གཉིད་

གྲིས་གནོན་པར། །མི་ལམ་ཡུལ་གྱི་དཔལ་འབྱོར། །ལོངས་སུ་སྤྱད་པས་ཐུང་  
 ཡང་། །སྒོ་བྱར་གཉིད་ལས་སངས་སྐབས། །རང་སེམས་སྒྲོ་བ་བསྐྱེད་ཅིང་། །སྤང་  
 ཞེན་ལྟར་དུ་རྩན་པ། །མི་ལམ་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན། །རྩོག་པའི་རྩལ་གྱིས་དབེན་  
 པའི། །དྲངས་གསལ་རྒྱུ་འབྱུང་བའི་ཞབས་སུ། །སྤྱིན་དཀར་ཡོལ་བའི་གསེབ་ནས།  
 །ཐ་གཟུགས་འོད་དཀར་སྒྲོ་ཡང་། །གཉིད་དུ་ཚོམ་ཉུག་བྱས་ཆོ། །སྤྱི་པ་རྩོ་  
 བར་ཐུག་པས། །ཐུང་བའི་གཟུགས་གྲིས་སྒྲོང་པ། །རྒྱ་ཐུང་ཡི་རང་བཞིན། །ར་  
 རིའི་བཙའ་ཡིས་དབེན་པའི། །གསལ་དག་མེ་ལོང་ཐུག་ན། །སྤྱིན་གཡོ་མཆུ་  
 སྒྲོས་འགྲུལ་བའི། །བྱད་གཟུགས་སྤང་བཀྲག་མཆར་ཡང་། །རྒྱབ་དུ་སྤྱག་པས་  
 རོམ་ཆོ། །ཐུག་མེད་ལེབ་མོར་འདུག་པས། །སྤང་བ་ལྟར་གྱི་སྒྲོང་པ། །བྱད་  
 གཟུགས་དེ་ཡི་རང་བཞིན། །མི་མེད་བྲག་གི་སྤྱག་པར། །སྤྱད་གསང་མཐོན་  
 པོའི་ཀུ་ཅོ། །རི་ལྟར་བདབ་པ་བཞིན་དུ། །གཅིག་ལན་གཉིས་ལན་འཆར་ཡང་།  
 །བྲག་གི་ངོས་སུ་དེ་འབྱུང་། །སྤྱད་ལན་བྱེད་པས་སྒྲོང་བས། །དེ་ལྟར་སྤང་ཡང་  
 རྩན་པ། །བྲག་ཆ་དེ་ཡི་རང་བཞིན། །ཐོགས་རེག་གཟུགས་གྲིས་དབེན་པའི། །  
 སྒྲོང་གསལ་མཁའ་ཡི་ངོས་ལ། །སྤྱོད་གས་མདངས་སུ་བཀྲ་བའི། །འཇའ་ཆོན་  
 འོད་སྤང་འཆར་ཡང་། །ཉེ་བར་བསྐྱེན་ཅིང་བཙལ་ཆོ། །ཟིན་མེད་སྒྲོང་བའི་དབྱིངས་  
 སུ། །ཡལ་ནས་འགྲོ་བ་དེ་ཀ། །རྟེན་འབྲེལ་འདི་ཡི་རང་བཞིན། །དེ་སྤྱད་སྤྱུ་  
 རྒྱུང་འདི་ཡང་། །དབུ་མ་ཆེན་པོའི་དོན་ལ། །འོས་པ་ཅུང་ཞིག་ཐོབ་པ། །སྤྱི་  
 སྤྱུ་ར་ཞེས་བྱས། །མི་ལམ་ཡུལ་གྱི་འཁྲུལ་སྤང་། །སངས་སྐབས་དན་པའི་རྩོན་  
 གྲིས། །རྒྱ་ལྷག་ལོ་ཡི་མགོ་རྒྱའི། །ཡར་ཆོས་བཙུངས་ཀྱིས་སོ། །ཞེས་མི་ལམ་གྱི་  
 དགའ་མས་བསྐྱེད་པའི་ཐོལ་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། །གོང་གི་ཆོ་རིགས་སུ་སྤྱེས་པའི་དོན་གཤམ་ཞེན་པ་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིན་  
 གཟུགས་ལག་ཆོས་ཀྱི་འདོད་འཛོར་འཕྱོད་པས་རབ་བྱུང་བཙུངས་པའི་རྒྱ་ལྷག་ལོའི་མགོ་རྒྱ་བའི་ཡར་ཆོས་བཙུངས་ཀྱི་འདི་ཉི་མ་གྱི་

དུས་སྐྱི་ལམ་གསལ་བཞིག་ཅེས་དཔྱད་པས་རྒྱན་བྱས་ཏེ་ཆོས་ལུ་ཆེན་པོ་བཀྲ་ཤིས་འབྲིལ་གྱི་གར་འདུག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིད་ཆལ་  
ལྷ་ཆོག་ས་ལྷ་ལྷ་ལ་བཅུག་ས་པའི་གར་ཁང་དུ་ཤར་མར་སྤེལ་བའོ། །

༡༡། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ལ་མོས་པའི་རིགས་  
པ་སྤྱོད་པའི་བྱེ་འབྱུར་བཱེར་རྒྱུད་མངས་བཞད་པའི་  
སྤྱོད་ཡི་རམ་འདེགས་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཐུ་ལྷོ་ལྷ་ཡ། རྒྱབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཀུན་གྱི་ངོ་བོ་ནི། །  
བདེ་ལེགས་ཅ་བ་ཅ་བའི་སྒྲ་མའི་ཞབས། །འབྲེལ་མེད་གཙུག་དུ་གཙུག་རྒྱན་བཞིན་  
བསྐྱེན་ནོ། །གང་འདྲོད་བསམས་པ་བསམས་བཞིན་ཆར་དུ་སྤྲིལ། །བཙུ་ཕྱག་  
བཙུ་དང་བཙུ་གཉིས་རྒྱན་འཆང་བའི། །སྒོ་གཏིར་མངའ་བདག་སྒོ་ཡི་མཚོག་སྒྲིན་  
ལྷ། །སྤྲིང་ལ་དཔྱད་ནོ་སྤྲིང་གར་ལྷུར་ཤོན་ནས། །ཤེས་བྱའི་གནས་ལུགས་ཤེས་  
པའི་སྒོ་གོས་སྤོལ། །རྒྱལ་ཀུན་གསུང་གསང་རྒྱལ་ཡུམ་དབྱངས་ཅན་ལྷའི། །རྣམ་  
པར་རྒྱས་པ་རྣམ་ཀུན་མཁྲེན་པ་མོ། །མགྱིན་པར་སྦྱོན་ཅིག་མགྱིན་པའི་དོར་རུ། །  
ངག་གི་དབང་མོས་ངག་གི་གཏིར་དོལ་ཞིག །གང་ཞིག་གང་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
འབྱུང་བ། །དེ་དང་དེ་ཀུན་ངོ་བོས་སྒྲོང་ངོ་ཞེས། །ཡང་དང་ཡང་དུ་བཅུ་བས་  
འདོམས་མཛད་པ། །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤངས་ཡོངས་ཀྱིས་དུས་ཀུན་སྒྲོངས། །རང་  
ནིང་རང་གི་ངོས་ནས་སྒྲོང་ལགས་ཀྱང་། །སྤྲ་ཞིང་སྤྲ་བའི་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱེད་མེད་པ། །  
ཐབ་ལས་ཐབ་པ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ཚུལ། །དབྱངས་སྒྲན་དབྱངས་ཅན་རྒྱུད་  
ལས་འཕོས་བཞིན་ལེན། །རི་ལྷ་རི་སྤྲོད་གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་དག །མ་ནོར་མ་  
འཕྲིས་གསལ་བར་བྱེད་གུར་ན། །ལམ་དང་ལམ་འབྲས་འབྲུག་མེད་འོང་ངོ་ཞེས། །

སྒྲོ་གཏེར་སྒྲོ་བཟང་ཀྱི་ལ་པ་ཡབ་སྲས་གསུངས། །རྩལ་མིན་རྩལ་པར་བྱུང་པའི་སྒྲོང་  
བ་དང་། །རྩལ་ཡང་རྩལ་དུ་མི་རུང་རྟེན་འབྱུང་གཉིས། །གཅིག་མིན་གཅིག་དུ་  
རང་བཞིན་འབྲེས་པ་ལ། །ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན་ཞེས་སུ་མིང་གིས་བཏགས། །བདག་  
དང་བདག་གིས་ཞེན་པར་བྱ་བའི་ཡུལ། །མཐའ་དག་མཐའ་བུལ་སྒྲོང་བཙོས་དབྱིངས་  
གྱི། །རྣམ་འགྱུར་རྣམ་པར་རྟོག་པས་པར་བཏགས་ཅས། །མ་ཡིན་མ་བཙོས་  
གཤོད་མའི་གཤིས་དེ་གང་། །སྤྱི་མེད་དབྱིངས་ནས་སྤྱི་བའི་རྟེན་འབྲེལ་བཟ། །རང་  
བཞིན་སྒྲོང་ཡང་རང་སྤྱང་སྤྱ་ཆོགས་འཆར། །བདེན་པར་མེད་ཀྱང་བདེན་པའི་  
གནས་ལུགས་ཏེ། །རྩལ་པར་བྱུང་ཀྱང་རྩལ་མིན་དེ་བའི་གཤིས། །སྤྱང་བཟག་  
མཆར་ཡང་སྤྱང་ཅམ་ཉིད་ནས་སྒྲོང་། །སྒྲོང་པའི་རང་ལས་སྒྲོང་མིན་བྱེད་སྤྱང་།  
སྒྲོས་པ་བུལ་ཡང་སྒྲོས་པའི་རྟེན་འབྱུང་ཆོས། །བསྐྱུ་བ་མེད་ཀྱང་བསྐྱུ་བའི་རྣམ་  
འགྱུར་མཁན། །གང་སྤྱང་སྤྱང་བ་སྐྱུ་མའི་འབྲུལ་འཁོར་འདི། །ཀུན་རྟོག་རྟོག་  
པས་པར་བཏགས་ཅམ་ཞིག་ལས། །བཏགས་དོན་དོན་གྱི་ངོས་ནས་བཙལ་གྱུར་  
ན། །མི་རྟེན་རྟེན་པར་མི་འགྱུར་སྒྲོང་བའི་གཤིས། །སྒྲོ་ཡི་ཡུལ་ཀུན་སྒྲོ་ཡིས་  
བཏགས་པ་ཅས། །འདོགས་བྱེད་ཉིད་ཀྱང་འདོགས་བྱེད་གཞན་ལ་ཕྱོས། །རྟེན་  
དང་བུལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་སྐྱུ་མའི་རང་། །འཁོར་བ་དང་ནི་འཁོར་ལས་ཁྲོལ་བའང་  
རུང་། །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྲས་ཡོངས་གྱིས་གཤེགས་པའི་བཤུལ། །ཟབ་ལས་ཟབ་  
མོ་མཐའ་བུལ་རྟེན་འབྱུང་ཚུལ། །རི་ལྷ་རི་སྤེད་མི་འགལ་གྲོགས་གྱུར་པ། །དེ་  
ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དགོངས་པའི་མཐིལ། །ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་ཆོས་ཅན་  
སྤྱ་ཆོགས་སུ། །རྣམ་པར་ཤར་བའི་རྣམ་འགྱུར་མཐོང་ཅམ་གྱིས། །དངོས་འཛིན་  
འབྲུལ་པར་དངོས་སུ་གཤོད་གྱུར་ན། །ལྷ་དཀར་རྟོགས་པའི་ལྷ་བའི་དབྱུང་པ་རྫོགས།  
བདེན་པར་འདྲ་སྟེ་བདེན་མཁྱེད་བའི་ཆོས། །རྩལ་པར་འདྲ་སྟེ་རྩལ་དུ་མི་རུང་བའི།



ཅོ་ནེ་ཐུ་མ་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒོར།

བདེན་རྒྱན་དབྱེར་མེད་བདེན་པའི་གནས་ལུགས་ལ། །ལྷ་མེད་ཚུལ་གྱིས་ལྷ་སྒྲི་  
མཁས་པའི་ཕུལ། །རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་མེད་ལྷ་སྒྲིར་འདེབས་དང་། །ཐ་སྒྲིང་  
ཡོད་ཀྱང་ཡོད་ལྷ་སྒྲོ་འདོགས་ཏེ། །ཡོད་མེད་མཐའ་སྒྲངས་མཐའ་བུལ་ལྷ་བའི་  
ལུལ། །སྤྱ་ཡིས་མཐོང་ཡང་མཐོང་མཁན་དབུ་མ་བ། །དེ་ལྟར་དབྱེད་པས་ཚོས་  
ཉིད་ཚོས་ཅན་གཉིས། །གཞི་གཅིག་སྤེང་དུ་ཐབས་དང་ཐབས་བྱུང་དུ། །འཛོག་  
པའི་ཚུལ་ལ་ངས་པ་ངས་འདྲོངས་ཤིག །མ་རྟོན་བར་དུ་སྤྱིད་ནས་སྤྱིད་པར་འཕོ།  
ལེགས་གསུང་གསུང་གི་སྤྱང་བོ་ཤེར་མདོ་ཡི། །བརྗོད་དོན་དོན་གྱི་གནས་ལུགས་  
མཐར་ཐུག་པ། །ངས་གསང་གསང་བའི་གནད་གཅིག་གོ་བྱུང་ན། །ཞེ་མ་མ་  
ལ་དེ་ལས་སྤྱིད་པ་གང་། །བདེན་པ་བྱུང་ནི་བྱུང་འདུག་ཚུལ་ཏོགས་ཏེ། །ཐབས་  
ཤེས་བྱུང་ནི་བྱུང་འབྲེལ་ཉམས་ལེན་གྱིས། །ཚོགས་ཆེན་བྱུང་ནི་བྱུང་འབྲེལ་སྤྱར་  
ཚོགས་ནས། །སྤྱི་མཚོག་བྱུང་ནི་བྱུང་འདུག་སྤྱར་ཐོབ་ཤོག །བརྗོད་དོན་དོན་དམ་  
གནས་ལུགས་སྟོན་པ་ཡི། །རྗོད་བྱེད་བྱེད་པོའི་གདངས་ཀྱང་ཟེལ་གཞོན་པ། །རབ་  
སྟན་སྟན་ངག་ལུས་ནི་མངོས་བྱེད་གྱི། །རྒྱན་གསུམ་གསུམ་ལས་སྤྱ་རྒྱ་ཁོ་ནས་  
སྤེལ། །གང་ཞིག་དབུ་མའི་གཞུང་དང་གཞུང་གཞན་ཀུན། །མང་དུ་ཐོས་པའི་  
སྟན་ཅན་སྟན་ངག་མཁན། །དེ་མེད་ཆོག་གི་སྤེབས་སྤྱོར་སྤེབས་མཁས་པའི། །སྤྱོབས་  
པ་མཚོག་གིས་འདི་ནི་འདི་ལྟར་བསྐྱུན། །སྤྱོ་སྤོས་ནོར་བུའི་མིག་འཕྲང་དོག་པོ་  
རུ། །བཟང་བོའི་བག་ཆགས་དར་སྤྱད་ནམ་དབྱེད་ཅལ། །རྒྱ་ཁབ་སྤྱ་མའི་འཕུལ་  
རྟེན་གྱིས་འདུན་གྱིས། །མཚོ་བྱུང་ལྷ་མོར་དད་པས་སོར་མོ་གཡོས། །ཞེས་རྟེན་  
ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ལ་མོས་པའི་རིགས་པ་སྤྱི་བའི་གྲོ་འགྲུར་ཤིང་རྒྱ་མངས་བཞད་པའི་སྤྱ་ཡིར་མ་འདེགས་  
ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཤོད་གི་ཆོས་གསུ་སྤྱིས་པའི་རྟོག་ཤེར་ཞེན་པ་སྤྱོད་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིན་གཏུག་ལག་ཚོས་གྱི་འདོད་འཛོར་འཕོད་  
པས་ཚོས་གྲ་ཆེན་པོ་བླ་ཤིས་འབྱེལ་གྱི་གར་འདུག་ཚོས་གྱི་སྤྱད་ཆལ་ལྟེན་གྱི་འདི་མེད་ཤོད་གྲུ་པར་བླ་བའི་རྗེར་ཁང་དུ་  
གར་མར་སྤེལ་བའོ་ཡུམ་ན། །

78

ལྷ་ཞིང་འཐམས། །འབྲུལ་སྤངས་སྤྱོད་ཐབས་སྤྱོད་གསུངས་པ་ཡང་། །འབྲུལ་  
 བའི་དྲ་བར་རྩུང་པའི་རྒྱུན་འགྲུར་ན། །འབྲུལ་སྤངས་ཐོག་མེད་དུས་ནས་གོམས་པ་  
 འདི། །འབྲུལ་མེད་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོར་ནམ་ཞིག་འགྲུར། །འབྲུལ་བའི་ཚད་མའི་  
 རྩེད་དོན་རྩུན་པ་དང་། །འབྲུལ་བྲལ་ཚད་མའི་རྩེད་དོན་པདེན་པ་གཉིས། །འབྲུལ་  
 བའི་རྟོག་པས་ཡར་བཏགས་ཙམ་ཞིག་དུ། །འབྲུལ་མེད་སྒོ་ཡི་ངེས་པ་ནམ་རྩེད་  
 འགྲུར། །འབྲུལ་སྤངས་མེད་བཞིན་སྤངས་བ་ལས་ཀྱིས་འབྲུལ། །འབྲུལ་སྤངས་ཡོད་  
 བཞིན་སྤོང་བ་ངོ་བོའི་གཤིས། །འབྲུལ་སྤངས་སེམས་ཀྱི་ངོ་ལ་བར་ངེས་རྩེད་སྒོས།  
 འབྲུལ་སྤངས་ཀུན་ལ་རྒྱས་ཐེབས་ནམ་ཞིག་འགྲུར། །འབྲུལ་པས་བསྐྱད་པའི་འདྲིན་  
 པ་ཚོགས་དུག་གི། །འབྲུལ་སྤངས་གཟུང་བའི་གཤིས་སྤྱོད་ཞེན་གྲུར་བ། །འབྲུལ་  
 མེད་ཡིན་ལུགས་དཔྱོད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱིས། །འབྲུལ་བའི་རང་ངོ་ཤེས་པར་ནམ་  
 ཞིག་འགྲུར། །འབྲུལ་སྤངས་འཁོར་བསད་བསྐྱུས་པའི་སྤྱོད་བཏུད་དང་། །འབྲུལ་  
 བྲལ་རྒྱལ་བའི་རང་སྤངས་བརྟན་གཡོའི་དངོས། །འབྲུལ་དང་མ་འབྲུལ་ལས་སྤངས་  
 ཙམ་ཞིག་དུ། །འབྲུལ་མེད་ངེས་པ་བརྟན་པོ་ནམ་རྩེད་འགྲུར། །འབྲུལ་སྤངས་ཀུན་  
 རྩེད་འཕྲི་མོ་ཆེས་བཀྲ་བ། །འབྲུལ་བྲལ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལྟངས་ཅི་བཞིན་དུ། །འབྲུལ་  
 མེད་རིགས་པས་ལེགས་པར་དབྱུད་གྲུར་ཏེ། །འབྲུལ་བའི་སྤངས་ཞེན་ཁེགས་པར་  
 ནམ་ཞིག་འགྲུར། །འབྲུལ་སྤངས་ཀུན་གྱི་གཞི་རྩ་རང་འདྲིན་སྒོའི། །འབྲུལ་བའི་  
 རང་མཚང་སྒྱིབ་མེད་གཅེར་མཐོང་བའི། །འབྲུལ་བྲལ་ཤེས་རབ་མཚོག་གི་བསམ་  
 གཏན་ནི། །འབྲུལ་མེད་ཉམས་སྤྱོད་བསྐྱར་བ་ནམ་ཞིག་འགྲུར། །འབྲུལ་བྲལ་  
 ཡང་དག་ལྷ་བས་ཟེན་པ་ཡི། །འབྲུལ་འདྲིམས་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་ཏིང་འདྲིན་  
 སྒོམ། །འབྲུལ་བྲལ་སྤངས་སྤྱོད་པས་ཐོགས་ཐོན་ཏེ། །འབྲུལ་རྟོག་ཀུན་ཟད་  
 འབྲས་ཐོབ་ནམ་ཞིག་འགྲུར། །འབྲུལ་བའི་གཞི་རྩ་གཙོད་པའི་ཡང་དག་ལྷ། །འབྲུལ་

མེད་རྒྱུད་ལ་སྐྱེད་བྱེད་རྒྱ་ཡི་གཙོ། །འབྲུལ་བྲལ་རིགས་རྒྱལ་སྒོར་གྱི་འོད་སྤང་  
གཟིས། །འབྲུལ་སྐྱེད་མ་རིག་ཕྱན་ཀྱན་གཞི་ལ་གྱུར་ཅིག །འབྲུལ་ཕྱན་རང་  
སངས་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བས། །འབྲུལ་ཐེལ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་པའི་ཤེས་རབ་སྒོམ། །  
འབྲུལ་མེད་སྤྱིང་གར་བསྐྱེན་པའི་བཀའ་བྱུང་གིས། །འབྲུལ་བའི་སྐུ་ཏུ་འཐོམས་  
ལས་ཁོལ་གྱུར་ཅིག །འབྲུལ་བའི་རྟོག་བདགས་རི་མོ་ཅམ་ཞིག་ལས། །འབྲུལ་  
བ་གཞི་མེད་རྩ་བྱལ་ཉིད་རྟོགས་ཏེ། །འབྲུལ་བའི་རང་མདངས་སྒྲོས་ཀྱན་ཉིར་  
ཞི་ནས། །འབྲུལ་མེད་ཆོས་དབྱིངས་རང་ཞལ་སྤྱུར་མཐོང་ཤོག །འབྲུལ་བྲལ་  
རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་བཀའ་སྒོལ་ལ། །འབྲུལ་མེད་ཐོས་བསམ་སྒོམ་པའི་བག་ཆགས་  
མཐུས། །འབྲུལ་སྤྱང་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར་བར་ནམ་རིག་འབྱ། །འབྲུལ་བའི་རྒྱ་ལ་  
འབྱམ་པར་མ་གྱུར་ཅིག །འབྲུལ་སྤྱང་འཛིགས་རྩར་དུ་ཁས་གཟེར་བ་ཡི། །འབྲུལ་  
བ་ཙམ་འཐས་ལ་ཞེན་མ་ཁན་འགྲོའི། །འབྲུལ་བའི་རྒྱ་མདུད་མ་ལུས་ཅིག་ཅར་དུ། །  
འབྲུལ་མེད་རིགས་པའི་སོར་མོས་འགྲོལ་མཁས་ཤོག །འབྲུལ་བྲལ་ས་ལས་རྟོགས་  
པ་མངོན་གྱུར་ནས། །འབྲུལ་བའི་ཀྱན་རྟོག་གཡོ་བྱེད་ལས་རྒྱང་སྤྲིན། །འབྲུལ་  
མེད་གཙུག་མའི་སེམས་གྱི་མཁར་དེངས་ཏེ། །འབྲུལ་འབྱམས་འགྲོ་ཀྱན་འདེན་  
པའི་དཔལ་ཐོབ་ཤོག །འབྲུལ་བའི་གཞི་རྩ་གཙོད་འདོད་རྟོག་གེ་བའི། །འབྲུལ་  
ངོར་ཐང་གཅིག་ཤར་བའི་སྒོན་མགུར་འདི། །འབྲུལ་བ་བདུད་ཅིར་དུག་ཏུ་འདྲིན་  
པ་འགའི། །འབྲུལ་བའི་མིག་སྤར་འགྲིམ་པར་མ་གྱུར་ཅིག །འབྲུལ་མེད་རིགས་  
པའི་དབང་རྒྱུག་ཡབ་སྐུས་གྱི། །འབྲུལ་བྲལ་གཞུང་ལའང་འགལ་འདྲིན་མང་བྱུང་  
ན། །འབྲུལ་བའི་གོང་བྱུར་གྱུར་དག་ཕན་རྒྱུན་དུ། །འབྲུལ་བས་གསེ་སྤྱུར་བྱེད་  
རེས་མི་འོས་མིན། །འབྲུལ་འགས་རྒྱལ་མཐོང་སྟེ་འབྲུགས་པའི་སྒོས། །འབྲུལ་  
བརྗོད་ལྷན་ཀ་འཚོལ་ནའང་བདག་མི་ཐོངས། །འབྲུལ་བྲལ་ཆད་མ་ཡི་ཤེས་སྤྱན་

གུར་ཀྱན། །འབྲུལ་མེད་གཞུང་པར་གསོལ་ལོ་ཉེས་ན་འཆགས། །འབྲུལ་འབྲུམས་  
མོ་ཡི་འཆར་སྒོ་ཡུད་ཅམ་དུ། །འབྲུལ་མེལ་ནས་དཀར་བཟང་པོར་སྟོགས་པ་ཡི། །  
འབྲུལ་བའི་ཀྱན་རྟོག་ཀྱ་ཆེའི་ངར་ཚུལ་ནམས། །འབྲུལ་མེད་བཟླ་འདོད་ཆེག་  
ཀྱན་མཚོ་རུ་འབྱེལ། །འབྲུལ་ལཔ་རིང་མོ་ཤུགས་འབྱུང་མུ་དབྱངས་འདིས། །འབྲུལ་  
བ་ནམ་མཁའི་མཐས་གདུགས་འགོ་བ་ཡི། །འབྲུལ་བའི་ཀྱན་རྟོག་སྤྱིན་སྲིང་རོལ་  
བ་ཀྱན། །འབྲུལ་མེད་ཆོས་སྒྲུབ་མཁའ་ལ་དངས་གྲུར་ཅིག །ཅེས་གསལ་རིག་མེམས་  
ཀྱི་འཆར་སྒོ་ཐང་གཅིག་ཟབ་མོའི་གནས་སྤྱེའབྱུང་བའི་ངར་ཚུལ་ཤུགས་འབྱུང་དབྱངས་སྤྱོད་པ་འབྲུལ་ལཔ་རིང་མོ་ཞེས་པ་  
འདིན། །ནམ་འབྲེན་ཡོངས་ཀྱི་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པའི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་སྒྲུབ་དཀྱིལ་འཁོར་གཅིག་ལ་ཡོངས་  
སྤྱོད་གསལ་པའི་གོང་ས་རྣམ་ཀུན་གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་ནས། །ལམ་རིམ་ཐར་རྒྱུན་གྱི་དཔེ་ཞིག་གནང་ནས་འདིལ་ཆར་གཅིག་རྩྭ་  
དང་ཞེས་གསུང་གི་མེ་རྟོག་བྱིན་རྒྱལ་གྱི་དྲིང་དུ་འབྱུལ་བ་སྤྱི་པོར་སྦྱལ་བར་རྟོ། །དད་པའི་མེམས་ཀྱི་དབྱུས་ནས་མཇལ་བར་  
འཁོར་འདས་རུ་འཕྱུང་པའི་ཁྱིད་ལུགས་ཆོས་དང་ཆོས་ཉིད་ནམ་འབྱུང་གྱི་འགྲོམ་རྩ་བུ་རྒྱར་རང་གི་བཀའ་འབརྒྱན་གྱི་གཞུང་  
ལུགས་མཐོང་རོ་ཅིག་ལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་སྦྱངས་པའི་གོ་ཡུལ་དང་མཐུན་ཆབས་ཆེ་ཁྱིད་ཁྱོད་རིན་ཏུ་འཕྱོད་པ་ཞིག་བྱུང་བར་  
བརྟེན། །ཡིད་ཀྱི་སྤྱིན་པུ་འབྲུལ་བའི་དར་སྒྲུང་གྱི་རྒྱལ་འབྱུང་པའི་ལས་ནམ་ཆེག་གོལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཞིང་རིབ་དང་བཅས་ཏེ་  
གོང་གི་ཆོས་རིགས་སྤྱོད་པའི་རྟོག་གེར་ཞེན་པ། རྒྱ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིན་གཏུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་འདོད་འཛོལ་བར་སྤྱོད་ཀྱན་  
བཞད་ཀྱི་མིང་སྤྱོད་མིང་ཆང་ས་སྤས་བཞད་པའི་དོན་རྒྱར་འཕྱོད་པས་སྟོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཆོས་གྲ་ཆེན་པོ་བཀ  
ཤིས་འབྱེལ་གྱི་སྤྱོད་བསྐྱེད་གི་ཡང་ཐོག་གཟིམ་རྒྱར་ཨ་ཨ་ཨ་ཨ་དག་འཁྱེད་ཀྱི་འབྱེལ་ཏུ་རབ་བྱུང་བཅོལ་བའི་ཕུར་བུ་ཞེས་པས་སྤྱོད་པའི་  
འགྲན་རྒྱ་དང་བལ་བའི་ཆོ་འཕུལ་གྱི་དུས་ཆོས་དགེ་བར་མོར་མའི་གར་མཁན་དཀར་འཇམ་ཤོག་བྱའི་དོར་ར་ཅིན་པའོ། །

༡༡། །བརྒྱུད་ཐོ་ལེགས་པའད་རྒྱ་མཚོའི་བཅུད་གྱི་  
ཐིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་མ་རྒྱུ་མགུ་ཡ། ཆོག་གཅིག་སྒྲིང་ནས་རབ་འབྱམས་གཞུང་། །སྒྲི་  
དང་སྒྲིད་པར་མངའ་བརྟེས་པ། །ཡལ་གཅིག་ཞང་ལྷ་ཆེན་པོའི་ཞབས། །ཆོས་  
གྱི་འཁོར་ལོའི་ལྷ་བར་རོལ། །རྟེན་འབྱུང་ཐབས་རྒྱལ་རིགས་པ་བརྒྱས། །སྒྲིང་  
བའི་རང་རྒྱལ་གསལ་མཛད་པ། །ཟླ་བལ་སྟོན་པ་མཚོག་གི་བཀའ། །ཆོག་རེ་  
ཡིན་ཀྱང་མེས་པའི་རིགས། །བདག་ཕུང་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲིང་བར། །རྟེན་  
འབྱེལ་རྟགས་གྱིས་སྒྲུབ་པ་ན། །རྟགས་དང་བསྒྲུབ་བྱ་ལེགས་ངེས་པས། །གཞི་  
ཡི་བདེན་གཉིས་གཏན་ལེགས་སོ། །སྒྲིགས་ཆོས་ངེས་སྟོབ་རྟགས་པ་ན། །རྟེན་  
འབྱེལ་སྒྲུང་དོར་རྒྱལ་བཞིན་དུ། །འབྱེད་པའི་སྒྲོར་འབྱུར་དེ་གོམས་པས། །བསོད་  
ནམས་ཞེས་བྱའི་ཆོགས་སུ་འབྱུར། །ཐབས་བྱུང་བསྒྲུབ་བྱ་རྟགས་པའི་སྟོ། །ཐབས་  
གྱིས་ལེགས་པར་བློན་བྱས་ནས། །ཡོངས་སུ་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས། །ཡི་  
ཤེས་གྱི་ནི་ཆོགས་སུ་འབྱུར། །དེ་ལྟར་ཆོགས་གཉིས་རྒྱང་འབྱེལ་དུ། །མཉམ་  
བརྗེ་སྤེལ་མར་ལེགས་བསྟོམས་ནས། །གོམས་པ་འཕེལ་བའི་ཉམས་ལེན་གྱིས། །  
ནལ་འབྱོར་མཐའ་རུ་གཏུགས་པ་ན། །མཁའ་ཁྲབ་དབྱིངས་དང་འབྲེས་པ་ཡི། །ཆོས་  
སྒྲི་མ་ན་མེད་པ་དང་། །འགྲོ་བའི་དགོས་འདོད་ཀྱིན་འཛོམ་པའི། །གཟུགས་སྒྲི་  
ཡིད་བཞིན་ཞོར་བྱ་འབྱུང་། །ཐ་སྙད་ཐབས་སུ་ཡུར་པ་དང་། །དོན་དམ་ཐབས་  
བྱུང་ཡུར་པ་ཡང་། །སྒྲུབ་བྱེད་བསྒྲུབ་བྱ་ཉིད་དང་ནི། །སྟོ་ཡི་རྟགས་པའི་རིམ་  
པའང་ཡིན། །འོན་ཀྱང་རྟེན་འབྱུང་རྟགས་ཙམ་གྱིས། །ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ངེས་

མིན་ཏེ། །གང་ཞིག་ཀུན་རྫོབ་བདེན་ངེས་པ། །དེ་ལ་བདེན་པ་ཁེགས་དགོས་  
 བྱིར། །དེ་ལྟར་གཞི་ལས་འབྲས་གསུམ་ཀུན། །རྟགས་སྒྲོར་གཅིག་ཏུ་ལེགས་  
 བསྟུས་ནས། །གསལ་བར་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་ཚུལ་འདི། །བརྒྱད་ལྔ་དམ་པའི་ཞལ་  
 ལས་བྱུང་། །དེ་སྤྲད་བསྟུན་པའི་ནམ་དཀར་གྱིས། །རྟིན་འབྱུང་རིགས་པའི་རྒྱལ་  
 བོ་ཡི། །ངང་ཚུལ་གསལ་བའི་ནམ་འབྲེད་སྒོ། །འགོ་ཀུན་སྦྱིང་ལ་སྦྱན་གྱུར་  
 ཅིག །ཅིས་པ་འདི་ཡང་གསུང་རབ་མ་ལུས་པ་གདམས་ངག་ཏུ་ཤར་པའི་ངེས་པ་དོན་གྱི་བཀའ་གདམས་གྱི་དགེ་བཤེས་  
 གཉིན་དཔལ་ཞང་ལྟ་བཅའ་པོ་ནས་རྣམ་པའདད་པོ་དང་པར་བགས་ལ་གྱི་ཙུབ་འདྲ་མཛད་སྤྲེལ་རྟིན་འབྱུང་གི་ཐད་འདིར་གསུང་  
 བཤད་ནམ་མཁའ་རྣམ་འབྲུམ་སྤྲེལ་བར་བསྟུལ་བའི་ཆོས་པོ་ན་ཙམ་ཏུ་རིགས་པ་སྤྲེལ་བཟོ་བཟང་བྱ་མཚའི་སྤྲོད་གཞུག་ལ་གཙོས་  
 གྱི་འདོད་འཛོར་འཕོད་པས་བཞེད་བྱུང་བཤོད་པའོ། །

༄༅། །བསྟན་པའི་སྦྱིང་པོ་དབུ་མའི་གཞུང་ལུགས་ལ་ཐོས་བསམ་  
 ལུལ་བྱིན་ཡོང་ངེས་སྒྲ་མ་ལྟ་སྤྱང་ལ་ཀ་སྤང་གི་སྒོ་ནས་  
 འཕྲིན་བཅའ་དང་ཡིད་གྱི་དམ་བཅའ་ཤུགས་  
 དྲག་བགྱིས་པའི་རི་མོ་  
 ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་བྱུང་། །ཀ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྒོང་ཡང་རྒྱན་ནིད་འདི་བ་  
 ཅམ་ཏུ་བྱུབ་པའི་སྤྱང་སྒོང་རྒྱང་འཇུག་མཐའ་དང་བལ་བ་དབུ་མའི་ལམ། །ཁ་བའི་  
 སྒོང་ས་འདིར་གསལ་བར་མཛད་པས་རྟག་ཆད་མཐར་ལྷའི་གཡང་ཏུ་འཕྲོད་ལ་རུ་  
 བ་རྣམ་གྱུར་སྒོ་བཟང་བྱལ་བ་གཉིས་པ་ཞེས། །ག་ན་སྟན་པའི་གཡགས་པས་མ་  
 བྱུང་འཛིན་མའི་བྲོན་ནི་ཀུན་མཁྲེན་གྱིས་ཀྱང་དམིགས་སུ་མེད་པ་འདམ་མགོན་མ་

མ་ཅོང་ཁ་བ། །ང་དང་ང་ཡི་འདིན་པའི་བྲན་གྲུར་ལྷ་བ་ངན་པའི་གཙོང་རོང་ཟབ་  
 མོར་བྱིང་བ་བདག་ཅག་བཙེ་བ་ཆེན་པོས་བསྐྱབ་དུ་གསོལ། །ཅེ་ཅེའི་དབྱངས་དང་  
 རྩེ་རོལ་མཐོང་བས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་བརྟེན་དུ་མེད་ཅིང་རྟོགས་པར་བྱ་མིན་ཆོས་ནམས་  
 ཀྱན་གྱི་དོ་བོའི་གཤིས། །ཆ་གས་གདགས་གཞིར་བསྟོས་ནས་བྱུང་པའི་རྟོན་འབྲེལ་  
 ཟབ་མོ་གདགས་གཞིའི་སྟོང་དུ་གཅིག་དང་དུ་མར་རིགས་པས་རྩལ་བཞིན་བཅལ་  
 བ་ན། །ར་རིལ་ལ་སོགས་སྤང་བོའི་ཆ་གས་ང་དུ་འདོགས་པའི་གདགས་གཞིའི་  
 རྟོན་འབྲེལ་ཆོགས་ཙམ་ཉིད་ལ་བདགས་པ་ཙམ་ལས་སྟོང་ལགས་ན། །ཉ་བཞིན་  
 བསྐྱམས་ཆེ་འཇིགས་མེད་གདངས་རྟོད་འདོད་པ་དག་གིས་ཅིའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་གནས་  
 ལུགས་མི་འཆོལ་དལ་བར་འདུག་པར་རིགས་སམ་གྱུ། །ཉ་ཐུ་ག་ཉའི་བསྐྱན་པའི་  
 སྟོང་པོ་ཆོས་ནམས་ཀྱན་གྱི་རང་གི་དོ་བོ་བདེན་པས་སྟོང་ཡང་གདན་ནས་མེད་པ་  
 མིན་པ་དང་། །ཐ་སྟད་དུ་ཡང་རྩུ་འབྲས་རྟོན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་ཀྱང་དེ་དག་བདེན་  
 པའི་གནས་རྩལ་མིན་པར་སེམས་ཀྱི་ཁོང་དུ་མ་རྒྱད་པས། །ད་ལྟའི་བར་དུ་འ་ཅག་  
 འཁོར་བའི་རྩུ་མཆོ་ཆེན་པོར་ལས་ཉོན་བརྒྱུལ་འབྱུགས་པའི་སྟོང་དུ་རང་དབང་  
 བལ་ཞིང་འཕུན་པར་གྱུར། །ན་ག་སྟེ་འཆིའི་རྩུ་མིན་ཆོགས་ཀྱིས་ཡང་ཡང་གཙོས་  
 པས་སྤྲན་པ་དག་གིས་ཟབ་མོའི་ལམ་བཟང་རྟོན་པར་བྱེད་ལས་ཐབས་གཞན་གང་།  
 པ་ར་མི་ཉའི་མདོ་སྟེ་ཟབ་མོ་རྩུས་འབྲིང་བསྐྱུས་པ་སྟོར་དགུ་ཞེས་སུ་བསྟུང་བ་གང་  
 དེའི་དངོས་བསྐྱན་དང་ནི་སྤྲས་པའི་དོན། །ལ་མའི་རྒྱད་ཀྱི་བསྟོན་པ་བྟན་བཞེ་ཆེ་  
 གཅིག་ཉིད་ལ་སངས་རྒྱས་སྟེར་བྱེད་འཇམ་མགོན་བསྐྱན་དང་མཇལ་བའི་སྐབས་  
 འདིར་མ་འབད་ན། །བ་ཡང་རྟོན་དང་བྱུད་པར་ཅི་འདུག་མཉོ་བསམ་ཐོངས་དང་  
 ཆས་པ་གོང་ཆོའི་རིགས་སུ་སྒྲིས་པའི་སྤྱི་སྤྱི་ར་ཞེས་བྱ་བ། །མ་འདུག་མ་འདུག་  
 དལ་བར་མ་འདུག་ནམ་ཞིག་འཆི་ལ་ངེས་པ་མེད་དོ་བསྐྱན་པའི་སྟོང་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་



ཅེ་ནི་མ་གྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྟོར།

ལ་ཐོས་བསམ་འབྱུངས། །ཅུར་ཕྱབ་མཐའི་ལྷ་བའི་བྱུང་པར་གསལ་བར་སྟོན་  
པའི་སྒྲ་མ་འཇམ་དབྱངས་དབྱེར་མེད་བྱས་ནས་གདུང་བྱགས་དྲག་པོས་གསོལ་བདེ་བ་  
མཐུས། །ཆ་ཟེར་ཅན་གྱི་རང་གི་གསལ་བུའི་ཕུན་པའི་བཞིན་ཤེས་རབ་ཅལ་གྱིས་  
སྟོ་ཕུན་བཅོམ་སྟེ་རར་འདྲིན་གདོན་གྱི་མཚན་མཐོང་ནས། །རྩ་ལའི་སྟེ་སྟོང་བརྒྱད་  
ཁྲི་བཞི་སྟོང་གང་དུ་གཞོལ་ཞིང་འབབ་པར་འགྱུར་བ་སྤྱང་སྟོང་ཟུང་འཇུག་ཉིན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཚུལ། །ཤ་ལེར་རྟོགས་པར་སྟིང་གི་ཁོང་ནས་སྟོན་པ་འཆའ་  
འོ་ཡིད་སྟོན་ལྟར་དུ་འགྱུབ་པའི་སྒྲལ་བཟང་ཕྱར་དུ་ཐོབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན། །ཞུ་དང་  
གོས་སོགས་སྤུལ་པོ་གྲོན་ཅིང་ཤིང་དུང་དང་ནི་རྩ་ཡི་སྤྱིལ་བྱར་གནས་དགོས་བྱུང་  
ཡང་ཉིང་རེ་འདྲིན་གྱིས་ཁང་བྱར་བསྟི། །ཟླ་སོགས་བཅུད་བྲལ་ཐ་མའི་ཟས་གྱིས་  
འཚོ་དགོས་བྱུང་ཡང་སྟིང་པའི་ནད་སེལ་ཤེས་རབ་མཚོག་གི་བདུད་ཅིའི་ཟས་གྱིས་  
ཀུན་དུ་ཆེམ། །འ་ཁུར་སྟན་པ་བྲག་ཆའི་དབྱངས་ལྟར་བདེན་པས་སྟོང་ཞིང་ཟང་  
ཟིང་དངོས་པོ་རྟེན་དང་བཀྱར་སྟེ་སྤྱུ་མའི་སྤྱུ་ཡིད་ལྟར་རྟོགས་ནས། །ཡང་འཁོར་  
བའི་གནས་ངན་འདི་ལས་རིང་བ་རིང་བར་ཕྱར་དུ་བྲོས་ཏེ་ཐར་པ་དམ་པའི་བཙན་ཟ་  
ཟིན་པ་ཞིག་བྱུང་ན། །རྟ་གདོངས་གཤིན་རྗེ་དང་ནི་གཞན་ཡང་ནང་དང་གསང་བའི་  
གཤིན་རྗེའི་གཉེན་པོར་དྲག་དུ་ཁྲོས་པ་མ་ཉིའི་གདོང་ཅན་སྒྲ་མ་ལྷ། །ལ་ལར་ཅམ་  
མིན་དུས་ནམ་ཀུན་དུ་བྱང་པར་བྱེད་པའི་མཚན་འདྲིན་གདོན་ཆེན་བསྐྱག་པར་མཛོད་  
ཅིག་དེ་ཡི་རང་མདངས་གདོན་བགེགས་ཀྱང་། །ཤར་སྤྱོད་གདོས་བཅས་སྤང་པོ་འདི་  
ཀ་ཅམ་གྱིས་བཞག་སྟེ་སྤྱིས་ཆེན་འདེགས་ཆེ་འོད་གསལ་སེམས་ཉིད་རང་འོ་འསྟོང་  
པའང་ཁྲོད་ལ་རེ། །ས་གསུམ་འཕྲོ་བའི་མགོན་པོ་ཁྲོད་ལས་རེ་ས་གཞན་ཅི་སྟེ་  
བའི་སྤྱང་བར་རྗེས་སུ་བྱུངས་ཤིག་སྒྲ་མ་འཇམ་དབྱངས་གཤིན་རྗེའི་གཤེད། །དལ་  
ལྟར་ནག་ནག་པོ་ཆེན་པོ་འཇམ་དབྱངས་བཀའ་སྟོད་ལས་གཤིན་ལ་སོགས་སྤང་མའི་

[illegible]

༡། ཁྲི་ལམ་རྩུན་པས་བསྐྱས་པའི་ཡིད་ཀྱིས་སང་པའི་སྐར་  
ཞེན་ལ་དོགས་པ་སྒྲོང་པའི་ངང་ཚུལ་བརྗོད་པ་  
བག་ཅའི་སྒྲུ་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཆོ་ཤོ་ལ། རྩིབ་ཀུན་དབྱིངས་སུ་དག་པའི་ཡི་ཤེས་འབྲུལ།  
དབྱིལ་འཁོར་རབ་འབྲུམས་སྟོ་ཞིང་སྤྱད་པའི་གཙོ། རྩུབས་གཅིག་དག་གི་དབང་  
པོའི་ཞབས་སེར་ནོར། །བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་བར་དུ་གཙུག་གིས་མཆོད། །མ་  
རིག་འབྲུལ་བས་བསྐྱད་པའི་ཚོགས་དུག་གི། རྩུང་བ་བཀྲམ་པོ་འདི་ལ་སྤྲ་བལྟས་  
པས། །སྤྱག་དང་མི་སྤྱག་དུ་མ་སྤྱང་ཞིང་ཤར། །བདེན་པས་སྤྱང་ཡང་སྤྱང་བ་  
སུ་ཡིས་འགོག། །སྤྱག་པར་སྤྱང་ཆེ་ཞེན་ཅིང་ཆགས་པ་དང་། །མི་སྤྱག་པ་ལ་  
འཛིགས་ཤིང་སྤྱག་པ་ཡི། །སྤྱག་དང་མི་སྤྱག་ཆད་མར་འཛིན་པའི་སྟོང་། །སྤྱང་  
ཞེན་ལྟར་དུ་བྱུབ་བམ་མ་བྱུབ་བལྟ། །སྤྲ་མོར་སྤྱད་ཅིང་ནམས་སུ་སྤྱངས་པ་ཡི།  
འཁོར་བས་བསྐྱས་པའི་བདེ་དགའ་རི་སྟེང་པ། །ད་ལྟ་བུན་པའི་ཡུལ་དུ་བྱུར་འདི་  
དག །མདང་གི་མི་ལམ་དག་དང་ཅིས་མི་མཚུངས། །ཐིངས་གཅིག་བདེ་བ་སྤྱོད་  
པའི་དངོས་པོའི་མཐའ། །མི་རྟག་གཡོ་བ་སྟོན་གི་གར་མཁན་མས། །མདུན་

དུ་བསུས་པ་འགྲུར་བའི་སྐྱུག་བསུལ་གྱི། །སྐྱུག་དུ་འབྱུང་བའི་གཤིས་ལ་རི་བུར་  
 ཡོད། །སྤང་ཚུལ་ལྷར་ན་འདོད་ཡོན་གཞུ་རྒྱུད་ལ། །མཛོན་པར་ཆགས་པའི་སྒྲོ་  
 ལྷན་མདེའུ་ནོན་ཅན། །འབྲུལ་སྤང་གནས་རུ་འབྲུག་པའི་རུ་བནས། །ཡང་ཡང་  
 འཕེན་པའི་སེམས་གྱི་འཕེན་འདི་འཆོར། །གནས་ཚུལ་ལྷར་ན་ཆགས་བྱ་ལོ་གཤམ་  
 བུ། །ཆགས་བྱེད་རུས་སྤལ་སྤྱི་ཡི་ཐག་པས་བཅེངས། །གཉིན་པོ་རི་བོར་རུ་  
 ཡི་མཚོན་བསྐྱར་བཞིན། །བྱེད་སྒྲོང་པས་ཅིས་སྒྲོ་ཉམས་དག་སྒྲོང་། །དག་  
 གཉིན་བར་མ་མཐའ་དག་རྟོག་པས་བདགས། །འདོགས་བྱེད་རང་ཡང་གདགས་  
 གཞིར་སྒྲོས་བྱུང་པས། །མིང་རྒྱང་བདགས་ཡོད་ཅེས་ལས་ཚུགས་བྱུང་། །བྱུང་  
 པའི་ཆོས་འགའ་རི་ལྷར་དམིགས་སུ་ཡོད། །བདུན་པ་བྱི་ཐའི་ཁྲོང་བྲིང་ཆེན་པོའི་  
 གཞིར། །གཡོ་བ་སྐྱུ་མའི་སྒྲེ་བུའི་བྲུ་ཆོགས་གིས། །མི་ལམ་ཅེས་དུ་བདེ་སྐྱུག་  
 སྤལ་མར་ཁྲོང་། །རང་བཞིན་བྲལ་ཡང་སྤང་བར་སྤྱིས་བསྒྲོན། །རྒྱུ་གཅིག་  
 གཉིད་དུ་གཡུར་བའི་འབྲུལ་སྤང་ལ། །རྟིན་ནས་བྱུང་བའི་སེམས་གྱི་འཆར་སྒྲོ་  
 མདི། །ཁྱི་བར་བསྐྱེལ་ན་ལེན་གྲང་བྱུང་རྒྱལ་དུ། །སྤྱི་ཡའི་མིང་ཅན་ཞིག་གི་  
 དག་ནས་ཐལ། །ཞེས་མི་ལམ་རྒྱན་པས་བསྐྱེས་པའི་ཡིད་གིས་སང་པའི་སྤང་ཞེན་ལ་དོགས་  
 པ་སྒྲོང་བའི་རང་ཚུལ་བརྟོད་པ་བྲག་ཅའི་སྐྱེ་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་བྱ་གྲའི་དག་ཚུལ་སྒྲོ་  
 བ་ཟང་གྱི་མཚོའི་དཔལ་གྱིས་ཆོས་བྱ་ཆེན་པོ་བཀའ་ཤིས་འབྲེལ་གྱི་གར་འདུག་སྒྲོག་པ་ཆོས་བསམ་  
 གྱི་སྤྱིལ་རྒྱུད་དུ་སྤེལ་བ་རྩ་ཡུལ་།

# ༡༡། ཡིད་ལ་བརྟག་པའི་དོན་ངག་ནས་ཐལ་བ་རི་ མོར་འཕོས་བ།

ན་མོ། རྒྱལ་ཀུན་མོར་རྟོག་ཡི་ཤེས་ཁམས། དཔམར་མེར་འོད་དྲུ་འབར་  
བའི་གཟི། གཤམ་ཐུག་ཐུན་པའི་གཤེད་གྲུར་བ། འཇམ་དཔལ་གྲགས་གང་སྤྱིང་  
ལ་མིམ། ལས་ཉོན་སྒྲུ་མ་མཁན་པོ་ཡིས། རྩུན་སྤང་མིག་འཕྲུལ་རང་བཞིན་  
གྱི། བརྟན་གཡོ་སྒྲུ་མའི་ལྟ་པོ་འདི། རྒྱལ་བར་ག་ལེར་སྒོས་དང་མཚར།  
བརྟགས་དོན་བཙལ་ན་སྤྱོད་བཞིན་དུ། མ་བརྟག་སྤང་བར་རྒྱ་དང་རྩུན། ཚོགས་  
ཙམ་འདུས་ཙམ་ཉིད་ལས་འབྲས། འཚོལ་མེད་འབྲུང་བའི་རོ་མཚར་སྒོས། འདི་  
ལྟར་གཤིས་སུ་མ་བྱུབ་ཀྱང་། རྩི་ནང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་གི་ བྱེད་ལས་  
རྒྱབས་ཆེན་བསྟོན་མེད་འདིས། ལས་འབྲས་འབྲེལ་བ་མངོན་སུམ་བཞིན། འདི་  
དག་རྩུན་པར་ཤེས་པ་ལས། གཞན་དུ་བདེན་པ་རྟོགས་པ་ཅི། བདེན་རྩུན་པོན་  
ཚུན་འབྲེལ་བ་ཡི། རྟེན་འབྲུང་རྟོགས་ན་དགའ་བ་ལ། རྩུང་བས་སྟོང་བ་སྟོན་  
བྱེད་ཅིང་། རྟོང་བས་སྤང་བའི་གོ་འབྲེད་པའི། རྩུང་སྟོང་བྱུང་འདུག་གོ་བྱུང་  
ན། འཕྲུལ་ཡུན་ཀུན་ཏུ་སྤྱིད་པ་ལ། བདེན་གཉིས་བྱུང་འདུག་ལེགས་རྟོགས་  
ནས། ཐབས་ཤེས་བྱུང་འདུག་ཉམས་ལེན་གྱིས། ཚོགས་གཉིས་བྱུང་འདུག་  
སྤྱར་རྟོགས་ཏེ། རྒྱ་གཉིས་བྱུང་འདུག་ཐོབ་པར་སྟོན། ཁྲོ་བྱོས་པ་སྒྲོའི་གོ་བྱུང་  
ན། གཞུང་དོན་བཟང་པོའི་ཐོལ་མངར་བཅུད། རྒྱ་ཆེན་ཆུ་པ་མ་ལགས་ཀྱང་།  
མཚོ་ལས་སྤྱོད་པའི་སྤྱི་མས་པ་འདིན། ཞེས་པ་འདི་ཡང་དག་ལྟལ་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་  
ལ་བརྟག་པའི་དོན་ངག་ནས་ཐལ་བ་རི་མོར་འཕོས་པོ།

༡༡། །ཆོས་ཤུང་ཀུན་གྱི་སྒྲིང་པོ་མཐའ་བྲལ་དབུ་མའི་རང་ཞལ་  
མདོན་དུ་དུ་འགྱུར་བར་སྒོན་པའི་སྒྲུ་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་མོ་  
ནམ་པར་ཅན་པའི་གྲོ་འགྱུར་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གུ་རུ་མཐུ་སྒྲོ་ཐུ་ཡ། །འཁོར་འདས་ཆོས་ཀུན་གཤིས་ལུགས་དབྱིངས་  
ཉིད་དུ། །དུ་མའི་སྒྲོས་བྲལ་མནམ་ཉིད་གཟིགས་པའི་སྒོ། །སྒོ་གཏེར་མཚན་  
དཔེའི་སྒྲུར་བཞེངས་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །དབྱངས་ཅན་དགའ་མར་བཅས་ཏེ་  
སྒྲིང་ལ་སིམ། །གང་དག་འདི་ན་སྤང་ཞིང་སྤིད་པའི་ཆོས། །ཆོས་ཅན་རི་སྒྲིང་  
བཟ་བའི་གནས་ཚུལ་ལ། །ལ་ལར་ཙམ་མིན་དུས་ཀུན་ལྷ་མཁས་ན། །ན་ཁྱ་འཆི་  
མེད་ཞི་གོང་འགོ་འོ་སྒྲོ། །ཞེ་མ་རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ཀུན། །ཀུན་  
གཟིགས་འབྲིན་པས་རྒྱལ་སྤུས་ཉན་རང་འཁོར། །འཁོར་ལོ་བར་མཐའ་གསུམ་  
སོགས་ཆོས་ཀྱི་སྒོ། །སྒོ་མོ་བརྒྱ་ཤག་ཕྱེ་ཀུན་འདི་རུ་འདུས། །འོན་ཀྱང་རྒྱལ་  
དེ་རྟོགས་པའི་སྤྲོ་ལོ་དུ། །དུ་མའི་ཐབས་ཀྱི་རིམ་པ་མང་དུ་གསུང་། །གསུང་ཡང་  
ཟབ་ལམ་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་ལ། །ལ་ལུར་བཙོན་ཏེ་རྒྱུད་སྤྲིན་རྒྱེན་གྱི་གཞི། །ཉིར་  
ལེན་སྒོ་གོས་རྒྱལ་འདིར་བྱང་སྒྲིད་དུ། །དུ་མའི་རིགས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་འབབས་སའི་  
གནད། །གནད་དོན་སྒྲིང་པོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་རྒྱལ། །རྒྱལ་ལུགས་དུ་མའི་  
སྒོ་ནས་སེམས་པ་ལགས། །གང་དག་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཆོས། །ཆོས་  
ཅན་སྤྱ་ཆོགས་སྤང་བའི་དངོས་པོ་ཀུན། །ཀུན་གྱང་ཆོས་དབྱིངས་དོན་དམ་རང་  
གཤིས་སུ། །སྒྲུ་དག་སྒོ་མིག་དག་པས་མཐོང་ནམས་བསྐྱེད། །དབང་ཡུལ་

བཟོད་ནས་ཞི་ཕྱིར་བཅའ་ན་དབེན། །དབེན་ཡང་ཅུ་ཟླ་དེ་བཞིན་མདོན་སུམ་སྤང་།  
 སྤང་བྱེད་རང་ལ་ཚུར་བསྐྱས་ངེས་བཟུང་བུལ། །བུལ་ཡང་བེད་སྐྱུག་མ་ལུས་ཉམས་  
 སུ་ཕྱོང་། །ཀྱི་དོ་སྤྱོད་ཆོགས་འཆར་བ་རང་གི་སེམས། །སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 འོད་གསལ་མཁའ་ལྷར་དག། །དག་པ་དོན་དམ་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན། །ཡིན་  
 ལུགས་ནམ་ཞིག་ཤེས་རབ་མིག་གིས་མཐོང་། །ཨི་མ་ཆོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་སྤང་བཞིན་  
 སྤོང་། །སྤོང་བའི་དབྱིངས་ལས་བྱ་བྱེད་བསྐྱོན་མེད་སྤང་། །སྤང་ཡང་བདེན་  
 པར་མེད་པའི་ཟབ་མེད་དོན། །དོན་གྱི་གནས་ལུགས་ནམ་ཞིག་རྟོགས་པར་འགྱུར།  
 །འཁོར་འདས་སེམས་ཀྱི་རོལ་བ་སྤྱོད་ཆོགས་འཆར། །འཆར་བའི་རང་ཚུལ་བཅའ་  
 ཆེ་སྤོང་བར་སྤང་། །སྤང་ཅམ་ཉིད་ནས་ཚུགས་བུལ་རྟེན་འབྲེལ་ལ། །ལ་ཤོར་  
 ཤེས་རབ་མིག་གིས་བསྟོ་བར་འགྱུར། །ཟབ་མོ་སྤོང་ཉིད་ཅེས་བྱའི་སྐྱེ་འདི་ཡང་།  
 ཡང་ཡང་ཐོས་པར་དགའ་འོ་བྲོགས་པོ་དག། །དག་པ་དོན་དམ་ཆོས་དབྱིངས་རང་  
 བཞིན་གང་། །གང་དག་ཤེས་པར་འདོད་ནམས་སྐྱལ་བ་བཟང་། །འདིར་འབད་  
 དགེ་བས་མཁའ་ཁྱབ་འགོ་བ་ཀྱན། །ཀྱན་མཁའ་ཅུལ་བའི་དབང་པོ་ཐོབ་ཕྱིར་དུ།  
 དུ་མའི་མོ་ཡི་འགྱུར་བ་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱོས། །བསྐྱོས་བཞིན་འབྲས་བུ་མཆོག་ལ་  
 ལྷུང་རིག་ཤོག། །ཅེས་ཆོས་ལུང་ཀྱན་གྱི་སྒྲིང་པོ་མཐའ་བུལ་དབུ་མའི་རང་ཞལ་མདོན་དུ་འགྱུར་བར་སྐྱོན་པའི་སྐྱེ་  
 དབྱངས་ཀྱི་ཚུལ་མོ་ནམ་པར་ཅིན་པའི་བྱེད་ལྷུང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་སྐྱོན་བྱོན་དམ་པ་མང་པོས་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་མཆོན་བཞགས་ཤིང་།  
 ཁྱད་པར་དགེ་ལྷན་སྐྱབ་བཟུང་རྒྱ་འཇུག་མོར་བྱའི་འཕྲིང་བཞེས་གསལ་སྤྱོད་གྱི་གདུགས་དཀར་པོ་དགྱང་དུ་འདོགས་པ་པོ་  
 བྱ་བ་ཆེན་ཆོས་དེ་མེད་འབྲུགས་གནས་བྲག་རྒྱ་དེ་མེད་དུ་ཕྱོགས་མེད་ཚུལ་ལས་འབྲིམ་པའི་སྤོང་བ་པའི་གཟུགས་བརྙན་  
 མོ་བཟང་ཀྱི་མཆོད་སྤྱོད་འདོད་པས་དབྱངས་སུ་ཐལ་བའི་དགེ་བས་སྐྱེ་ཞི་སྐྱེ་བར་རྩོད་ཉིད་སྐྱེ་བའི་ཁྱུ་མཆོག་དུ་གྱུར་ནས་འགོ་  
 ཀྱན་ཞི་བའི་གོང་དུ་འཇོན་པའི་དོད་དཔོན་དམ་པར་གྱུར་ཅིག་གྱ། །ཤར་མཆོད་མཆོད་གྲོ་གྲོ་།

༡། །གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ལས་བརྩམ་བའི་  
ཐོལ་སྤྱོད་ཞེས་བྱ་བ།

བཀའ་མདོ་རྒྱུད་ཀྱན་གདམས་པར་ཤར་བ་ཡི། །མཚན་དོན་མཐུན་གྱི་  
བཀའ་གདམས་དག་བའི་བཤེས། །ཕ་ཞང་ཆེན་གྱི་ཞབས་སེན་ཡིད་བཞིན་ནོར། །  
དཔལ་དགོས་འདོད་ཀྱན་འབྱུང་གནས་སྤྱིང་གར་བསྟན། །ཁྱིད་བྱང་སྟོགས་ནས་  
ཐེབས་པའི་སྟོལ་ཆེན་གྱིས། །ང་སྟོ་རྒྱུད་ཀྱི་དོག་གི་སྤྱོད་པ་ལ། །ཁྱོད་རང་ཉིད་  
ཀྱི་རི་ལྷར་གོ་བ་བཞིན། །གཞི་ལམ་འབྲས་ཀྱི་མགུར་དབྱངས་འཐེན་ནོལ། །ཁྱོད་  
ཆོས་ལྷན་གྱི་བཟོ་བ་བགྱིད་པ་ལ། །ང་མི་སྤྱོད་པའི་བདུལ་ལྷུ་ལེན་མ་ཐོད། །དོན་  
དེ་ཕྱིར་རང་དག་ནས་གང་འཐོན་དུ། །ཆོག་འཆལ་འཆོལ་གྱི་སྤྱོད་དབྱངས་ཀྱིར་ལ་  
གསོན། །གཞི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གོ་ལགས་སམ། །གཞི་བདེན་གཉིས་  
ཀྱི་གནས་ཚུལ་མ་གོ་ན། །ཡུལ་སྤང་སྤོང་གི་རང་བཞིན་ཉིད་ལ་ཏེ། །དེ་འགལ་  
མེད་དུ་འཆར་བའི་ཐབས་ལ་འབྱུངས། །རྒྱ་ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་བཟོད་ཚུལ་གོ་ལགས་  
སམ། །རྒྱ་ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་བཟོད་ཚུལ་མ་གོ་ན། །ལམ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ནལ་  
འཕྱོར་ཉིད་ལགས་ཏེ། །དེ་གཅིག་ཕྱོགས་སུ་གཅིག་གིས་ཟེན་པར་མཛོད། །འབྲས་  
སྤྱོད་གཉིས་ཀྱི་བཞུགས་ཚུལ་གོ་ལགས་སམ། །འབྲས་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱི་བཞུགས་ཚུལ་  
མ་གོ་ན། །མཐར་སྦྱིབ་བྲལ་གྱི་རྒྱུང་སེམས་དབྱེར་མེད་ཉིད། །དེ་རྩེད་འཇུག་དུ་  
ཐོབ་པའི་ཡིད་སྟོན་མཛོད། །ང་ཐོལ་བྱུང་གི་སྤྱོད་ཀྱི་ཐོབ་པ་ཡིས། །གཞི་ལམ་  
འབྲས་ཀྱི་གོ་ལུགས་དེ་ལྟར་ལགས། །ཁྱིད་སྤོང་བ་བའི་ཐུགས་རྩེར་བདེ་ལགས་  
ན། །སྟོལ་ཐབ་བཞེས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་བགྱིད་པར་འཆོལ། །གཏམ་དེ་སྤྱད་དུ་བསྟུང་

ཅ་ནི་སྒྲ་མ་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགྲར་གྱི་སྒོར།

པའི་ནམ་དཀར་གྱིས། །གཞི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་མངོན་གྱུར་དེ། །ལམ་  
ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་བཞོད་པ་འཕེལ་བ་ལས། །འབྲས་བུར་འདུག་གི་གོ་འཕང་སྒྱར་  
ཐོབ་ཤོག། ཅེས་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ལས་བརྒམས་པའི་ཐོལ་སྒྲ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་རིམ་བྱོར་འཛིན་པའི་དགོ་བའི་  
འཕེལ་གཉིན་ཆེན་པོ་ཐར་ཤུལ་དུང་ཡིག་སྒྲོ་བཟང་རིན་ཆེན་ནས་བྱིད་རང་གི་གོ་ལྷགས་རྩལ་གྱི་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་གྱི་  
ཕགས་ཞིག་འཕྱོང་བ་ལ་གསལ་པའི་མོར་མོས་འགྲམ་པ་བཞེགས་དེ་དབྱངས་སྒྱུ་གྱེར་བན་ཡ་རབས་རྣམས་དང་འཕྲད་ན་  
སྒྲིས་ཀྱི་མཚོགས་སུ་རས་པ་རྩལ་ཞིན་ཏུ་ཕག་ནས་ཕྱིས་སྒྲིས་བཟང་པོ་དང་པམས་ཡིག་རྩིས་པ་དགོས་ཞེས་པ་རྩལ་ཆོ་རིགས་  
ཀྱི་བཅུད་པ་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་དཔལ་གྱིས་སྒྲིས་སྒྱུ་བཞིས་དེ་ཕུལ་བཤོ། །

༡༡། །སྲིད་པའི་རིམ་ནད་གཞིལ་བྱེད་གཡས་འབྲིལ་དུང་གི་  
རང་སྒྲ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་པོ་གུ་རུ་མཚུ་སྒོ་ཁྲ་ཡ། །ལ་རིག་ཁྱོན་ཡངས་ཡངས་པའི་བྱུགས་ཀྱིས་  
མཁྱེན། །ཉིས་པའི་བྲི་མ་མ་ལུས་བརྩད་ནས་སྤངས། །ནམ་དཀར་འཕྲིན་ལས་  
ལས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡི། །ས་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་དེས་སྒྲོངས། །ཆོས་  
ཅན་སྒྲ་ཆོགས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་དུ། །མཉམ་པ་ཉིད་གཟིགས་མཉམ་ཉིད་  
ཡི་ཤེས་ཀྱི། །ནམ་རིལ་འངས་མགོན་ནམ་འབྲེད་ཤེས་རབ་གཏེར། །སྤྲིང་གར་  
བཤོལ་ཕྱིར་སྤྲིང་ལ་རྟག་རོལ་མཛོད། །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྲས་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་  
པའི་མཐེལ། །སྤྲིང་པོ་སྤྲིང་ཁྱར་གྱུར་པའི་ཆོས་ཚུལ་ཞིག། །ཐོས་ཀྱང་ཐོས་པ་  
ཅམ་དུ་ལུས་པ་ལས། །བསམ་ཞིང་བསམ་བྱུང་ངེས་ཆེད་སྐལ་བ་ཟ། །ཀུན་རྫོབ་  
ཀུན་ནས་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་འདི། །སྤང་ཡང་སྤང་ཅམ་ཉིད་ནས་སྤོང་བས་ན། །  
མི་བརྟན་མི་སྒྱུག་འགྱུར་ཞིང་འགོ་བ་ཡི། །ཚུལ་ལྷགས་ཚུལ་བཞིན་བསམ་ནས་



རྟོག་པའི་རིགས། །གཉིས་སྤང་འབྲུལ་པ་ཐུགས་སྦྱང་བ་དག། །སྤྱོད་སྤྱོད་མེམས་  
 དཔའ་ཆེ་ནམས་ཆེ་བར་དུ། །འབད་པའི་རང་ཚུལ་རྟོག་དང་རྟོག་དཔྱད་ལུག། །ཅི་  
 སྤྱིར་བཏོན་པར་མི་བྱེད་མི་ཡི་རིགས། །རང་མཆན་གྱིས་སྤོང་སྤོང་བཞིན་སྤྱོད་ཆོག་གས་  
 པའི། །ཀུན་རྫོབ་འབྲུལ་སྤང་སྤང་བཞིན་བརྟུན་པ་ཡི། །སྤང་སྤོང་འདུ་འབྲལ་  
 འབྲལ་བ་མེད་པ་རུ། །འཆར་བའི་རྒྱ་ཆོག་གས་ཆོག་གས་བསགས་གནད་དུ་ཆེ། །ཆུ་  
 ལས་ཆུ་རྒྱབས་འབྱུང་བའི་རང་ཚུལ་སྤྱར། །སྤོང་ལས་སྤོང་བའི་ཡོ་ཡང་རི་སྤྱོད་  
 པ། །སྤང་བཞིན་སྤང་མེད་རང་གཤིས་ལ་འཆེལ་པ། །འབྱུར་མེད་འབྱུར་བའི་  
 རྩལ་འཆར་སྤོས་དང་མཆར། །རྒྱ་རྒྱེན་རྟོན་འབྲེལ་གང་དང་གང་ཞིག་ལས། །འབྲས་  
 བུའི་དངོས་པོ་གང་དང་གང་བྱུང་བ། །དེ་དག་དོ་མོས་སྤོང་ཞིང་སྤོང་བའི་རང་།  
 ཀུན་བྱང་རྒྱ་འབྲས་སྤོང་མིན་སྤོང་བཞིན་སྤང་། །བདེན་པའི་དངོས་མིན་དངོས་  
 པོ་མེད་པའང་མིན། །དེ་དག་གཉིས་མིན་གཉིས་བྲལ་བདེན་པ་གང་། །བྱ་བྱེད་  
 སྤོང་མིན་སྤོང་བཞིན་ཅིར་ཡང་སྤང་། །སྤང་བ་བདེན་མིན་བདེན་པའི་གནས་ལུགས་  
 རྟོས། །ཆུ་ལས་ཆུ་བྱར་བརྒྱུ་བའི་རང་ཚུལ་བཞིན། །སྤོང་ལས་སྤོང་བའི་རང་  
 མདངས་སྤོས་པ་ཀུན། །སྤང་ཡང་སྤང་ཅམ་ཉིད་ནས་སྤོང་བ་ཡི། །རང་བཞིན་  
 རང་གི་རོས་ནས་སྤྱི་ཡིས་རྟོད། །དགག་བྱའི་བདག་གིས་སྤོང་སྤྱིར་སྤོང་བ་ཉིད།  
 ཀུན་རྫོབ་སྤོ་ཡི་ཤེས་མིན་ཤེས་བྱའི་མཆོག །ཆོས་ནམས་ཀུན་གྱི་གཞི་གཅིག་གཞི་  
 ཅ་དབེན། །བྱིས་པས་རི་བཞིན་བརྟོད་མེད་བརྟོད་བྲལ་ཆོས། །སྤྱོད་ཆོག་གས་རྟོག་  
 པས་བརྟགས་ཀྱང་བརྟགས་བཞིན་བརྟུན། །བདེན་པར་ཡོད་མིན་གཏན་མེད་གཏན་  
 ནས་མིན། །སྤྱོད་ཆོག་གས་མིང་གིས་ཐ་སྡད་ཐ་དད་དུ། །བརྟགས་ཀྱང་ཆོས་དབྱིངས་  
 གཤིས་སྤྱ་གཤིས་གཅིག་ཉིད། །སྤོས་པའི་ཆོག་གས་ཀུན་སྤོས་བྲལ་དབྱིངས་ཉིད་  
 དུ། །སྤོང་ཉིད་ལྟ་བུས་སྤོང་བར་རབ་སྤྱངས་ཏེ། །ཐ་སྡད་དུ་ཡང་ཐ་སྡད་བྱ་

བྱེད་ཀྱན། །འབྲུལ་མེད་འཛིན་པའི་འབྲུལ་བྲལ་དབྱིངས་རྟོགས་ན། །ཆོས་རྣམས་  
སྒོང་བར་ཤེས་བཞིན་ཆོས་རྣམས་གྱི། །ཀུན་རྫོབ་ངང་ཚུལ་ཇི་བཞིན་ཀུན་རྫོབ་བསྟེན།།  
ངོ་མཚར་བས་ཀྱང་འདི་ཉིད་ངོ་མཚར་ཞིང་། །མད་བྱུང་བས་ཀྱང་འདི་ཉིད་མད་  
བྱུང་གསུང་། །སྤང་དང་སྤང་ཡུལ་དབྱེར་མཉམ་པ་ཉིད། །ཆུ་ལ་ཆུ་བཞག་  
ཇི་བཞིན་རོ་མཉམ་དུ། །ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་སྤང་རྒྱབ་པ་ཡི། །ཡེ་ཤེས་  
ཡི་ནས་སྒོང་བར་ནམ་འདྲུག་འགྱུར། །གཤིས་ལ་སྐྱེ་མེད་སྐྱེ་བའི་ཆོ་འབྲུལ་མཁན།།  
སྤྱ་ཆོགས་སྤང་ཡང་སྤང་བཞིན་སྒོང་པ་ཡི། །ཀུན་གྱི་གཞི་གྱུར་གཞི་མེད་ཅ་བྲལ་  
བ། །ཆོས་དབྱིངས་རང་བཞིན་རང་ཞལ་སྤྱར་མཐོང་ཤོག །གཞུང་ཆེན་གཞུང་  
གི་ཆ་འགའ་དབྱེད་པ་ན། །ཡིད་ལ་ཡིད་གཉིས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་ཚུལ། །དྲིས་  
འདིར་དྲིས་པའི་ལན་གྱིས་ཆོམ་མཛོད་ཅེས། །དཔེ་བསྟེན་དཔེ་བ་ཅན་དེས་བསྐྱུལ་  
བའི་ངོར། །རྟོག་གི་རྟོག་བཏགས་རི་མོ་ཇི་ཅམ་དུ། །བྲིས་པའི་བྲིས་བལྟས་ཤོག་  
གུའི་ངོས་ཉིད་དུ། །འདི་ན་འདི་ལྟར་འབྲི་བའི་ངལ་བསྟེན་པ། །རིགས་སྐྱ་རིགས་  
པས་སྟེམས་པ་དེ་ཡིས་སོ། །སྒོ་བཟང་སྒོ་ཡི་ཤེས་པར་བྱ་བའི་གནས། །རྒྱ་ཆེ་  
རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་མཐའ་ལ་འབྲན་པ། །བཀའ་པོད་དཀའ་གནས་ཀུན་ལ་འདྲིས་  
པ་ཡིས། །དཔེ་སྒྲོང་དཔེ་བའི་སྒོ་ཡིས་སྟེལ་གྱུར་མོད། །ཆོག་དོན་ཆོག་གིས་  
ཇི་བཞིན་མ་བྱེད་ཅིང་། །བཛོད་དོན་བཛོད་བྱར་མ་རེག་འགའ་མཆིས་ན། །གཟུ་  
པོ་གཟུ་དཔང་འོས་པའི་མཁས་རྣམས་ལ། །ཆགས་སོ་ཆགས་པས་བདག་ལ་སྐྱིབ་  
མེད་མཛོད། །མཁས་པའི་མཁས་པ་རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་གྱི། །སྤྱིང་ནོར་སྤྱིང་  
གར་སྤྱིན་མཁས་པ་དག །འབྲུལ་མེད་འབྲུལ་མེད་ལེགས་བཤད་བསྟར་བ་ཡིས།།  
ཀུན་ཡིད་ཀུན་དགའ་རྒྱས་པའི་དགའ་སྟོན་སྐྱབས། །གཞན་དུ་གཞན་གྱི་གཡམ་  
ལ་རྒྱགས་པ་ཡིས། །རྒྱན་པོས་རྒྱན་པོ་རང་རིས་ཆོགས་པའི་བྱུར། །ཇི་ལྟར་ཇི་

ཅ་ནེ་ཐ་མ་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགྲར་གྱི་སྒོར།

ཅམ་འབྲུ་བ་བྲག་ཆའི་སྒྲར། །སྒྲིང་ལ་སྒྲིང་ནས་བཅེ་བ་རབ་བཞག་བྲ། །འདི་རུ་  
འདི་ལྟར་རལ་བ་བསྐྱེན་པའི་དགེ། །སྒོ་གསུམ་སྒོ་ནས་བབྱིས་པ་ཅི་མཆིས་ནམས།།  
མཁའ་བྲུབ་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། །བདེ་ནས་བདེ་བར་ས་ལམ་བཟོད་  
ཕྱིར་བསྒྲོ། །ཞེས་སྤྲེལ་པའི་རིམས་ནད་གཞིལ་བྱེད་གཡས་འབྲིལ་དྲུང་གི་རང་སྒྲ་ཞེས་བྲུབ་འདི་ནི། ལུ་  
བསེལ་རིན་ཆེན་རྟོག་ཅུ་མཐུན་པའི་རིམ་ནད་གཞིལ་བྱེད་གཡས་འབྲིལ་དྲུང་གི་རང་སྒྲ་ཞེས་བྲུབ་བཞག་སེ། ཤེར་ཤིག་  
ཆེན་ལས་བཅུ་མས་ཏེ་དྲི་བཅང་པོ་ཞིག་ལྟར་བདེ་དུས་གཏུགས་པས་ལན་རྒྱས་པར་འབྲི་ལོང་མ་ལྟར་བས་གནད་དོན་སྤྲོད་  
པོར་བྲིལ་བའི་ལན་སྒྲོན་པའི་ཆོག་དང་སྒྲ་ཅིག་སྒྲར་བ་འདི་ནི་དཀྱིལ་ཕྱིས་འཕྲུང་བའི་སྐབས་དེའི་བར་བྲུས་ཏེ་རིགས་པ་སྒྲུབ་  
སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྒྲིན་ཞེས་བྲུབ་མཆས་གྲུ་ཆེན་པོ་བྲག་ཤིས་འབྲིལ་ནས་སྤྲིངས་པའོ། །

༡༡། །རགས་སྤྱ་ལྷ་པའི་ཐེམ་སྐྱས་ལས་མཐའ་བྲལ་དབུ་མའི་ཁང་  
བཟང་དུ་བཟོད་པའི་ཐབས་འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་བཞེད་དཔོངས་  
འཇམ་མགོན་ཐུགས་བརྩུང་བདུད་ཅིའི་  
སྒྲིང་པོ་ཞེས་བྲུབ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཆོ་སྒོ་ལ། །རྒྱལ་ཀུན་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་མའི་འབྲུལ་གྱི་གཟུགས།།  
དམར་མེར་མཚན་དཔའི་ལང་ཆོར་སྒོས་པའི་གར། །རལ་གྱི་འཁྲི་ཤིང་གཡོ་བ་  
ལྷག་པའི་ལྷ། །སྒྲིང་གི་པརྫོར་བསྐྱེན་ནོ་རྟག་སྒྲོངས་མཛོད། །མི་ཆེ་ཉིལ་པོར་  
བཀའ་པོད་གཞུང་ལུགས་ལ། །སྒྲུངས་པའི་རལ་བ་བསྐྱེན་ཡང་བསམ་སྒོམས་  
ཀྱིས། །ངེས་པ་མ་རྟེན་ཐོལ་བྱུང་འོལ་སྒྲི་ཡིས། །གོ་ལུགས་ཆོག་གི་མེ་ཉོག་  
འདི་ལྟར་འཛོར། །སྒོ་སྒྲིན་མི་གཡོ་སྐྱམ་པ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །གཡོ་ཡང་ཞག་འགའ་  
འདུག་སྐྱམ་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །སྒྲིས་མཐར་མི་འཆི་སྐྱམ་པ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །འཆི་

ཡང་ལོ་འགའ་འདུག་སྟེ་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །བྱད་བཞིན་གཟུགས་བརྒྱན་བཞིན་  
 འདོད་འབྲུལ་བ་སྟེ། །གཟུགས་བརྒྱན་གཟུགས་སུ་བདེན་སྒྲུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །  
 ཉག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་བདག་འབྲུལ་བ་སྟེ། །མི་ཉག་བརྒྱད་མེད་བདག་འདོད་  
 མ་འབྲུལ་འང་མིན། །བྲག་ཅ་སྟེ་ས་བུའི་སྒྲུང་སྟེ་མ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །བྲག་ཅ་བྲག་  
 ཅར་བདེན་བཟུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །སྟུག་བདེན་ཉག་པར་འདྲིན་པ་འབྲུལ་བ་  
 སྟེ། །མི་ཉག་གཙང་བདེར་འདྲིན་པ་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །མགལ་མེ་འཁོར་  
 ལོར་སྒྲུང་བ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །མགལ་མེ་མགལ་མེར་བདེན་བཟུང་མ་འབྲུལ་འང་  
 མིན། །རྟིན་བྱེད་བདག་ཏུ་སྒྲུང་བ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །སྟོན་མེད་རང་སྐྱའི་བདག་  
 སྒྲུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །ཉ་ཕྱིས་དུལ་ལོ་སྟེ་མ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །ཉ་ཕྱིས་ཉ་  
 ཕྱིས་གཤིས་འདོད་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །སྟུ་ཏུལ་ཆ་མེད་འདོད་པ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །ཆ་  
 བཅས་བདེན་དོས་འདོད་པ་འང་མ་འབྲུལ་མིན། །ར་གན་གཁེར་ཏུ་སྒྲུང་བ་འབྲུལ་  
 བ་སྟེ། །ར་གན་རག་ཏུ་བདེན་བཟུང་མ་འབྲུལ་མིན། །ཆ་མེད་ཕྱི་རོལ་དོན་སྒྲུང་  
 འབྲུལ་བ་སྟེ། །ཆ་བཅས་དོན་སྟོང་བདེན་སྒྲུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །ཟླ་གཅིག་  
 ཟླ་གཉིས་སྒྲུང་བ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །ཟླ་གཅིག་ཟླ་བར་བདེན་བཟུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །  
 ཕྱི་རོལ་དོས་ནས་བྱུབ་འདོད་འབྲུལ་བ་སྟེ། །སྒྲུང་གཤམས་སེམས་སུ་འདོད་པ་འང་  
 མ་འབྲུལ་མིན། །ཆུ་སྒྲུང་ནག་ཏུ་སྒྲུང་བ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །ཆུ་སྒྲུང་ཆུ་ཏུ་བདེན་  
 བཟུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །ཕྱི་རོལ་དོན་སྒྲུང་འབྲུལ་བས་སྒྲུང་བ་སྟེ། །དོན་སྟོང་  
 བདེན་བཟུང་འབྲུལ་བས་མ་སྒྲུང་འང་མིན། །སྟུ་མའི་རྟ་མོ་རྟར་སྒྲུང་འབྲུལ་བ་སྟེ། །  
 སྟུ་མ་སྟུ་མར་བདེན་བཟུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །ཕྱི་རོལ་ཚུགས་བྱུབ་སྒྲུང་བ་འབྲུལ་  
 བ་སྟེ། །སེམས་ཀྱི་རྣམས་སུ་བདེན་སྒྲུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །ནམ་མཁར་བྱི་ཟའི་  
 ཁོང་སྒྲུང་འབྲུལ་བ་སྟེ། །ཁོང་སྟོང་མཁའ་དབྱིངས་བདེན་སྒྲུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །

ཡུལ་གྱིས་གནད་པའི་དོན་སྤང་འབྲུལ་བ་སྟེ། །དོན་སྤང་འདྲིན་པ་བདེན་སྤང་མ་  
 འབྲུལ་འང་མིན། །ཐག་ཁྲ་སྒྲུལ་དུ་འདྲིན་པ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །ཐག་ཁྲ་ཐག་པར་  
 བདེན་བརྒྱུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །གཞན་དབང་བདེན་དངོས་ཟེར་བ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །  
 བདེན་སྤང་རང་མཚན་ཟེར་བ་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །མཐོ་ཡོར་མི་རུ་འདྲིན་པ་འབྲུལ་  
 བ་སྟེ། །མཐོ་ཡོར་མཐོ་ཡོར་བདེན་བརྒྱུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །གདགས་གཞིའི་  
 དོན་ནས་བྱུབ་འདོད་འབྲུལ་བ་སྟེ། །གདགས་གཞིར་གྲོས་མིན་བྱུབ་འདོད་མ་  
 འབྲུལ་འང་མིན། །སྒྲིག་སྒྲུ་ཆུ་རུ་སྤང་བ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །སྒྲིག་སྒྲུ་སྒྲིག་སྒྲུར་  
 བདེན་བརྒྱུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །གཞན་དབང་ཡོངས་བྱུབ་བདེན་འདོད་འབྲུལ་  
 བ་སྟེ། །བདེན་མེད་རང་དོན་བྱུབ་འདོད་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །གངས་རི་སྒོན་  
 སྤོར་སྤང་བ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །སྒོ་མིན་དཀར་པར་བདེན་བརྒྱུང་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །  
 བཏགས་དོན་བཅའ་བས་རྟེན་འདོད་འབྲུལ་བ་སྟེ། །འདྲིག་རྟེན་གསལ་པ་འགོག་  
 འདོད་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །ཐོན་གིང་འགོ་བར་སྤང་བ་འབྲུལ་བ་སྟེ། །འགོ་  
 མིན་ཆུགས་བྱུབ་སྟོད་སྟེ་མ་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །དོན་དམ་བདེན་བྱུབ་འདོད་པ་  
 འབྲུལ་བ་སྟེ། །དོན་དམ་ཚོ་ཡུལ་མིན་འདོད་མ་འབྲུལ་འང་མིན། །དེ་སྤྱིར་རྟེན་  
 འབྲུང་རིགས་པའི་རལ་གྱི་ཡིས། །རྟག་ཆད་མཐར་ལྷའི་བྲ་བ་མ་ལུས་པ། །གཅིག་  
 ཆར་གཅོད་ལ་དཔའ་བའི་མཐུ་ཐོབ་སྟེ། །སྒྲིབ་གཉིས་གཡུལ་ལ་ཚོལ་བར་ཆས་  
 རྣམས་བཞུགས། །རྟོགས་ཐུན་ཐུག་མོའི་གྲ་འཇུག་མངོན་པའི་མདུན། །ཐ་  
 སྒྲིས་རལ་གྱིས་ཁ་བསྐྱར་ཚོལ་བས་ཅི། །འོན་ཀྱང་མཁའ་མིང་དབང་པོའི་བཟོད་  
 བུལ་དུ། །བྱི་བུས་ནམ་འཕང་གཅོད་པའང་སྟོན་པའི་གནས། །ནམ་ཞིག་སྤི་  
 ནང་བྱི་མདོ་དབུ་མེམས་ཀྱི། །རྩ་བའི་སྤྱི་རིས་སྤྲ་ཞིང་སྤ་བ་དག །གསལ་རིག་  
 མེམས་ཀྱི་རི་རྩར་མེད་པ་བཞིན། །ཡང་དག་འདྲིན་གྱི་སྐལ་བཟང་ལ་སྤྱོད་ཀྱང་།

ཞེས་རགས་པུ་ལྷ་བའི་ཐུམ་སྐུ་ལས་མཐའ་བྲལ་དབྱེ་ལེ་ལང་བཅད་དུ་བཞུགས་པའི་ཐབས་ལ་ཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་བཞེད་དགོངས་  
འཇམ་མགོན་ཐུགས་བརྩུད་བདུན་ཅིའི་སྒྲིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་ཀུན་མཁུན་མཚོག་གསལ་པོ་གངས་ཀྱི་རྩ་བ་ནས་གདན་སར་  
ཕེབས་སྐབས་ཀྱི་སྒྲོན་ཀུན་དགའ་བཙུན་འབྲུག་གིས་མཛད་པའི་མགུར་མ་ཞིག་གནད་སྟེ་འདི་གསུང་ལུགས་ཉམས་དོད་པོ་ཞིག་  
ཡིན་ཡང་། གཟུང་ཡུལ་དོན་དམ་དུ་འདོད་པ་འབྱུང་བ་སྟེ། སྐད་ཅིག་དོན་དམ་དུ་འདོད་པ་མ་འབྱུང་མིན། དེ་ཕྱིར་རང་  
ཀྱལ་གྱི་ལྷ་བ་འདི་འབྱུང་། ཀྱི་སྒྲོན་དང་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ལ་མོས། ཞེས་གསུང་བ་མོགས་ཇིའི་བཀའ་སློལ་ལྷ་མ་ཞིག་  
མིན་པས་ཁྱོད་གིས་ཚོས་ལུགས་འདི་དང་དབྱིབས་མཚུངས་བྱས་ནི་བརྗོད་དོན་ཇིའི་བཀའ་སློལ་ལྷ་མ་གྱི་མགུར་མ་ཞིག་བྱས་ཤིག་  
པའི་བཀའ་སླུལ་སྒྲིབ་པའི་ཐབས་པར་བརྟེན་མགོན་པོ་གང་གི་བཀའ་དྲིན་གིས་ཉི་ཤར་འཛོལ་བརྒྱབ་ཅད་ཀྱི་མཚོ་སྒྲིན་དུ་འཕོད་པས་  
སྟེ་པ་སྒྲུབ་གི་ཡང་ཐོག་གཞིམ་རྒྱ་ལེ་མཛད་གཤེད་འབྱེད་དུ་བྱས་པ་ལྟར་མཆོ། །

## ༡༡། །ཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་རིགས་པའི་སྒྲོན་སྐུ་ཅད་དོན་ཡིད་ལ་བྱེད་ ཚུལ་དབྱར་དུས་ཐོག་པའི་འབྲུག་སྒྲོ་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མ་རྒྱ་སྒྲོ་ལ། གཅིག་དུ་མར་བདེན་བྲལ་རིགས་པའི་མེས།།  
གདོན་མཚན་འཛིན་བྱད་གིང་སྟེག་མཛད་པ། །པ་མཁན་ཆེན་ངག་གི་དབང་པོ་ཡིས།།  
དུས་བྱང་ཚུབ་བར་དུ་འབྲལ་མེད་སྒྲོངས། །ལར་ཕྱང་པོ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་ཅམ་སྟེང་།།  
མིང་རྟོག་པས་ཕར་ལ་བཏགས་མིན་པར། །ཡུལ་རང་གི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ཡི།།  
བདག་དེ་ཉིད་རྟགས་ཀྱི་དགག་བྱར་གསུངས། །དེ་ལྷ་བྱའི་བདག་ཞིག་གྲུབ་ན་ནི།།  
ཕྱང་ལྷ་དང་གཅིག་གསལ་ཐ་དད་གྲུབ། །ཚུལ་དེ་གཉིས་ལས་གཞན་ཕྱང་གསུམ་  
པའི། །བདག་གྲུབ་ཚུལ་གཏན་ནས་མི་སྟོན་དོ། །ལར་དགག་བྱའི་བདག་དེ་རང་  
ཉིད་ཀྱི། །ཕྱང་ལྷ་དང་གཅིག་དུ་ཡོད་སྟུང་ན། །མི་གཅིག་ལ་ཕྱང་ལྷ་ཡོད་པ་  
བཞིན། །བདག་རྒྱུད་ཐ་དད་པ་ལྷ་རུ་འགྱུར། །དེ་མིན་ན་བདག་གཅིག་ཡིན་པ་

བཞིན། །ཕུང་ལྷ་ཡང་ཆ་མེད་གཅིག་དུ་འགྱུར། །ཉིར་ཐུང་བུའི་ཕུང་དང་ཉིར་  
ལེན་པོའི། །བདག་གཉིས་ཀྱང་གཅིག་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །བདག་གདགས་  
གཞིའི་ཕུང་པོ་རྩི་བཞིན་དུ། །དུས་སྐད་ཅིག་གིས་ནི་སྒྱུ་འཛིག་ན། །ཕུང་རིགས་  
མཐུན་འཛི་ཁར་འདོར་བ་བཞིན། །བདག་འཛིག་རྟེན་གྱི་མར་འཕོར་མི་འགྱུར། །བདག་  
དེ་ཡི་སྐད་ཅིག་སྒྱུ་གྱི་ནམས། །རྩལ་དེ་ལྷར་གཅིག་གམ་ཐ་དད་ཡིན། །གཅིག་  
ཉིད་དུ་གྲུབ་ན་ཆེ་འདི་དང་། །ཆེ་གྱི་མའི་བདག་ནམས་གཅིག་དུ་འགྱུར། །རྩུང་  
གཅིག་པས་གཅིག་དུ་འགྱུར་ན་ནི། །མ་འགོ་དུག་གཞི་མཐུན་སྲིད་པར་འགྱུར། །  
ཆེ་སྒྲ་མ་ནས་ནི་འདིར་འོངས་ནས། །ཆེ་འདི་ནས་གྱི་མར་འཕོ་མེད་འགྱུར། །དོན་  
རང་དོས་གྲུབ་པའི་ཐ་དད་ན། །དེ་ནམས་ཀྱང་འབྲེལ་མེད་ཐ་དད་འགྱུར། །ལས་  
མ་བྱས་པ་དང་འཕྲད་པ་དང་། །ལས་བྱས་པ་རྩུང་བ་སོགས་སུ་འགྱུར། །འབྲེལ་  
མེད་གྱི་སོ་སོར་གྱུར་པ་ལ། །རྩུང་གཅིག་དུ་འཛིག་པ་འཐད་མ་ཡིན། །སྒྲ་དུས་  
གྱི་ཐོང་དན་མི་རུང་ཞིང་། །ཆེ་རབས་ཀྱང་དན་པ་འཐད་མི་འགྱུར། །ལར་དགག་  
བུའི་བདག་དེ་ཕུང་པོ་དང་། །དོན་བདེན་པའི་ཐ་དད་དུ་ཡོད་ན། །ཕུང་སོ་སོར་  
བསལ་རྩིས་འདི་འོ་ཞེས། །བདག་ལོགས་སུ་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་པར་འགྱུར། །དཔེར་  
མཚོན་ན་དོན་ལུའི་དང་པོ་བཞི། །རེ་རེ་ནས་བསལ་རྩིས་རེག་བྱ་ཞེས། །དོས་  
བརྩུངས་ཏེ་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་པ་བཞིན། །ཡོད་དགོས་ཀྱང་དེ་འདྲ་མེད་མིན་ནམ། །དོན་  
དེ་གྱིར་ཆོས་ནམས་ཐམས་ཅད་ནི། །གཞི་གདགས་གཞིའི་རྟེན་འབྲེལ་ཚོགས་ཙམ་  
ལ། །མིང་རྟོག་པས་ཡར་ལ་བདགས་ཙམ་ལས། །གཤིས་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་ཅང་  
རྟེན་དམ། །ལར་གཤིས་དཔྱོད་སྒོ་ཡིས་རྟེན་མིན་ཡང་། །ཆོས་འདི་ཀྱན་མི་ལས་  
སྒྱུ་མ་བཞིན། །དོན་བརྩུན་སྤང་ལྷན་མོ་ནམས་མཚར་པོ། །བཀྲ་ལམ་མེར་ནམ་  
ཞིག་འཆར་བར་འགྱུར། །ཡོངས་སྤང་བས་སྤོང་བའི་དོན་མཚོན་ཞིང་། །གཤིས་

རྒྱུད་པས་སྤྱད་པའི་གོ་ཕྱི་ནས། །ཡས་ཐུང་དོར་བཅོན་པ་རེ་ཞིབ་ཀྱིས། །སྒྲོ་ཡིད་  
 ཆས་བརྟན་པོ་ནས་རྟེན་འགྲུར། །ཆོས་ཟབ་མོར་སྤྱ་བའི་སྤྱད་ཐུངས་འདི། །དུས་  
 ཡན་གཅིག་སྒྲོན་པས་མཆོམས་སྤྱར་ནི། །རི་སྒོན་ཕྱོན་དམ་པའི་གཟུང་བཞོས་  
 བ། །དོན་ཟབ་མོར་བག་ཆགས་འཛོག་ཕྱིར་ཡིན། །དགོ་འདི་ཡིས་མི་ལས་སྤྱ་  
 བྱ་ཡི། །གནས་འཁོར་བའི་མཚོ་ཆེན་རབ་བཞུལ་ནི། །སྤྱགས་བདེ་བའི་ཐུང་  
 འདས་ཐོང་ཁྱིེ་དུ། །དུས་སྤྱར་དུ་རལ་བསོ་ཐོབ་ཐུར་ཅིག །ཅིས་གཅིག་དུ་བྱལ་གྱི་  
 རིགས་པའི་སྒོན་མཐོན་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་དུས་དུས་ཐོག་མའི་འགྲུག་སྒྲུ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཆོད་པ་འདིའི་ཐད་དུ་སྤྱེད་པས་  
 རྒྱལ་ཆོག་གི་འཐུན་འགྲུར་ཙམ་དུ་མ་མོད་པའི་ཆོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་གཉིད་ཀྱི་འགྲོ་ཕྱོད་དམ་པའི་ནམ་ཐར་ལ་སྒྲོབ་འདོད་  
 པས་འདི་སྒྲོར་གྱིད་པལ་བརྟན་པའི་གནད་དོན་རྒྱུད་དོར་དེལ་བ་འདི་སྤྱར་ཡང་ཡང་དན་པའི་བརྟེན་མོར་ལྟ་བུའི་དགོ་ཚུལ་སྤྱ་  
 རྒྱུས་སྤྱར་འཕོད་པས་སྤྱག་ཐེས་སྤྱབ་ཀྱིས་བཤོ། །

༡། ལྷ་མོ་ཆེན་ལས་བརྒྱམས་པའི་དྲི་ལན་མེད་ས་པའི་བླ་མ་  
གཙོད་པའི་རལ་གྱི་འཛུལ་ལམ་ཞེས་བྱ།

བ་མོ་ཤུར་མཐུ་མོ་ལ། བཟུང་ཁྱི་བཞི་མོར་མོར་དང་རྟེན་འབྲུང་དབྲུངས།  
 དབྲུང་སྒྱེས་ར་སྒྱེས་བཟུ་མིར་བ་ཡིས། །ལ་རིག་གཉིད་ལས་ལས་ཅན་རྟག་སྟོང་  
 བ། །འདས་དཔལ་ཞབས་རྒྱལ་རྒྱལ་སྟོར་མིར་ལ་འགོད། །རི་མ་རི་སྟོང་གནས་  
 ཚུལ་ཐུག་ཀྱི་ཆེ། །ཟབ་ལས་ཟབ་བརྟེན་ཅིར་འབྲེལ་འབྲུང་ཚུལ། །རི་མ་རི་བཞིན་  
 དེས་བའི་སྒྲ་རོལ་ན། །སྟོར་བ་སྟོར་བས་བརྟེན་དགོས་རིམ་པ་མང་། །ཁུ་ཡི་  
 ཚུ་བུར་ལས་ཀྱང་གཡོ་བ་ཡི། །མི་རྟག་མི་བརྟན་ཆེ་ནི་ལྷུར་འགོ་བ། །དབྲུགས་  
 རྒྱུ་དབྲུགས་འབྲུང་རིས་འདྲད་དེ་གནིས་མཐར། །གཅིག་རྗེས་གཅིག་གིས་མི་



སྒྲིག་དེ་ཆོ་ཤི། །མི་ལུས་མི་གཙང་ཇུས་གྱི་རྒྱལ་བ་འདི། །གཅེས་ཤིང་གཅེས་པས་  
 ཇི་ཙམ་བསྐྱེད་ས་ན་ཡང་། །སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་འགྱུར་ཞིང་གཡོ་བའི་ཆོས། །སྒྲིང་  
 ནས་སྒྲིང་པོ་མེད་པར་མཁྱེན་པར་མཛོད། །བརྟན་གཡོ་འདི་ལ་བརྟན་པ་མི་འགྱུར་  
 གང་། །འདི་ག་རྟེན་འདི་ན་འདི་ག་མེད་སྲུ་ཞིག་མཆིས། །རི་དང་ནགས་བཅས་  
 རི་རབ་ལྷན་པོ་ཡང་། །སྤྱི་མའི་དུས་སྲུ་སྤྱི་ཤུལ་ཙམ་ཡང་མེད། །འདུས་བྱས་  
 ཀུན་ཀྱང་རྒྱ་རྒྱུན་འདུས་པས་བྱས། །མི་རྟག་འགྱུར་བའི་ཆོས་ཅན་མི་བསྐྱུ་གང་།  
 ཟག་བཅས་ཐམས་ཅད་མི་གཙང་ཟག་པས་བསྐྱེད། །སྒྲིག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་ཡིན་  
 སྤྱིར་སྒྲིག་པ་གང་། །དེ་སྤྱིར་ཆོས་ནམས་བདག་མེད་དེ་བཞིན་ཉིད། །མངོན་དུ་  
 བྱེད་པའི་ལམ་གྱི་མངོན་ཞེན་དང་། །སྤྱང་ན་ཉོན་མོངས་ལས་འདས་སྤྱང་ན་ཀུན།  
 ཞི་བ་དམ་པས་སྒྲིང་ལ་ཞི་བམིལ་བྱ། །རི་སྤྱིད་སྤྱིད་པའི་སྦྱོན་གྱིས་སྦྱོ་མིན་པར།  
 རབ་ཞི་ཞི་མཆོག་དོན་དུ་མི་གཉེར་བས། །དེས་ན་ན་ཅ་སྦྱེ་འཆི་བརྟུད་མ་རུ། །སྤྱོད་  
 རྒྱལ་རྒྱལ་བཞིན་བསམ་ནས་སྦྱོ་བའི་རིགས། །འདུ་བྱེད་སྒྲིག་བསྐྱེད་མཆོ་རུ་འབྱེལ་  
 བའི་དབུས། །དག་དུ་སྒྲིག་བསྐྱེད་དབའ་རྒྱལ་ལ་ཞི་ཤིང་གཡོ། །འགྱུར་བའི་  
 སྒྲིག་བསྐྱེད་སྒྲིག་བའི་འཕྲུང་གསལ་བ། །ཀུན་ཀྱང་སྒྲིག་བསྐྱེད་བརྟན་གཤེར་རང་  
 བཞིན་ཉིད། །སྤྱིད་ལས་ངེས་འབྱུང་སྦྱོ་ཤས་གྱིས་བསྐྱེད་ཞིང་། །སྤྱིད་པར་གང་  
 ཤིས་བཅིངས་པ་ཤེས་བྱས་ཏི། །སྤྱིད་ཅ་མཐར་ཐུག་རང་འདིན་མཆོང་རིག་ནས།  
 སྤྱིད་ལས་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་དོན་གཉེར་མཛོད། །ཡང་དག་རིགས་པས་ཡང་  
 དག་ལྷ་བའི་གནད། །ཞིབ་མོའི་སྒོ་ཡིས་ཞིབ་དུ་མེགས་དབྱུང་ནས། །རྩི་གཅིག་  
 སྒོ་མ་པས་རྩི་གཉིས་བྲལ་བ་ཡི། །དེས་ཤེས་བརྟན་པོས་ངེས་པ་གཉེར་རྒྱལ་  
 བྱ། །ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན་ནམ་འགྱུར་མཐའ་དག་གི། །གནས་རྒྱལ་གནས་ལུགས་  
 མཐར་ཐུག་གདོད་མའི་གཤིས། །མ་བརྟག་མ་དབྱུང་སྦྱོས་པའི་ཡུལ་ལས་འདས།

མ་སྒྲིལ་མ་འགག་མཐའ་བུལ་ཚས་དབྱིངས་ཡུལ། རྟོགས་བྱ་རྟོགས་བྱེད་བདེན་  
པས་སྒོར་བཞིན་དུ། རྒྱ་ལ་རྒྱ་བཞག་བཞིན་དུ་དབྱིངས་རིག་ཟུང་། རིག་བྱ་  
རིག་བྱེད་གཉིས་སྒྲུང་རྒྱལ་པ་ཡིས། ཡུལ་ཅན་ཡུལ་ལ་ཞུགས་ཚུལ་མདོ་སྐད་སྐད་  
གཉིས། རྟོགས་ཅན་མ་ལུས་ཚས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་དུ། སེམ་པའི་དགའ་བདེའི་  
སེམ་པ་ཆེར་རྒྱས་པ། བྱི་རོལ་འདོད་ཡོན་བྱི་བཞིན་མི་འབྲངས་ཏེ། དེ་བཞིན་  
ཉིད་ལ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་འདུག བྱི་ཡི་འབྱུང་བཞིའི་ཁམས་ཀྱི་ཐུམ་ཚུལ་དང་། རང་  
གི་ནམ་རྟོག་རགས་སྤྱ་འགག་པའི་ཚུལ། གསང་བའོད་གསལ་ཚས་སྒྲུ་ཤར་ལུགས་  
སོགས། དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དེར་ནས་གོམས་འདྲིས་མཛོད། གཞི་ཡི་བདེ་གཤེགས་  
སྒྲིང་པོ་རྒྱ་ཁམས་སྤྱ། ལམ་གྱི་ཚས་སྒྲིའི་གསལ་སྒྲུང་འཕེལ་བའི་འགྲོས། འབྲས་  
བུ་རི་བུལ་མདོན་གྲུར་ཉ་རྒྱས་ཟླ། དབྱིངས་རིག་དབྱེར་མེད་རྒྱ་ཤེལ་གཅིག་གི་  
གཤིས། བདེན་སྒོར་རང་བཞིན་རང་རོས་ནས་སྒོར་ཞིང་། མིང་རྒྱུང་བཏགས་  
ཡོད་བཏགས་དོན་བཅའ་ན་དབེན། སྒྲུང་བཞིན་མེད་ལ་མེད་བཞིན་སྒྲུང་བ་ཡི།  
ལ་མཚན་སྒྲུ་མ་སྒྲུ་མའི་ཚུལ་དུ་སྒོས། བྱི་ཡི་སྒྲུང་བ་སྒྲུ་མའི་འབྲུལ་འཁོར་ཀུན།  
ནང་གི་འདྲིན་པ་སྒྲུ་མའི་རང་མདངས་ཏེ། བར་དུ་གཟུང་འདྲིན་གཉིས་བུལ་སྒྲུ་  
མའི་འབྲུལ། དོན་ལ་བདེན་མིན་རྒྱན་མིན་སྒྲུ་མའི་གཤིས། གཟུགས་སྒྲུ་གང་  
སྒྲུང་བཟུང་མེད་ནམ་མཁའི་འདྲེ། སྒྲུ་རྩ་གང་ཐག་མི་བདེན་བཤག་ཅའི་དབྱངས།  
སེམས་ལ་གང་ཤར་འབྲུལ་རྟོག་མི་ལམ་འབྲུམས། བདེན་པར་གང་བུས་བརྒྱན་  
པ་ལ་མ་བརྒྱ། འབྲུལ་སྒྲུང་སྒྲུང་བ་འབྲུལ་བའི་ཡོ་ལང་གིས། མི་བདེན་བདེན་  
པར་ཞེན་པའི་ཀུན་རྟོག་སྒོར་། ཞེན་དོན་དོན་ལ་མི་གནས་བསྒྲུ་བ་ཅན། དེ་  
ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་མ་ཤེས་སྲིད་པར་འཁོར། གང་སྒྲུང་སྒྲུང་བ་དག་པའི་སྒྲོད་བཅུད་  
དུ། འདྲིས་གོམས་གོམས་པའི་རྩལ་རྟོགས་ཉིང་འདྲིན་གྱིས། བདེན་སྒྲུང་

སྤང་བྱེད་ཀྱན་རྟེན་བཞེན་རྒྱུང་བཅས། །རབ་སྤྱངས་སྤྱངས་འབྲས་མདོན་ཡུར་ཐོབ་  
 བྱིར་བསྟོ། །དོན་ལ་གཞིག་ན་དོན་འདི་མདོ་རྒྱུད་མཐུན། །ཆེག་འདི་འབྲུལ་ན་  
 ཆེག་སྦྱར་བདག་གིས་ཉེས། །སེམས་ལ་བདེ་ན་སེམས་གྱི་དཀྱིལ་དུ་ཚེངས། །ན་  
 བ་ཆ་ན་ན་བའི་ལྷག་ལ་ཐོངས། །དེ་སྤྲད་སྤྲ་བ་སྒོ་གོས་མ་ལ་ཡ་རྒྱུང་གིས། །ཟབ་  
 བསྐྱིང་ཆོས་རྒྱལ་དེ་ཉིད་དུ་བཟང་འབྲུམ་སྟོས་ཏེ། །རྒྱ་ཆེ་སྟོ་སངས་དོག་པོར་སྦྱར་  
 དེའི་མགྱིན་མཚོ་ལ། །དབྱངས་ཅན་ངང་མོས་ན་མ་པར་ཅེན་ལས་སྦྱིན་འདི་བདོལ།  
 །ཞེས་ཕྱག་ཆེན་ལས་བརྒྱལ་བའི་དེ་ལན་སྤངས་པའི་དབྱེད་པའི་རལ་གྱི་འབྲུལ་འཁོར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་གཙ་མུང་  
 སྟོན་གྱལ་ཅེངང་། སྤང་སྤྲུལ་བྲག་གི་རྟེན་སྤྲུང་གི་སྦྱོར་བྱུང་གཏོགས་པ་འགས། དགེ་ལྷན་པ་ལ་ཕྱག་ཆེན་ཡོད་  
 པ་དེ། དེད་དྲགས་ཁངས་ནས་བརྒྱུད་པ་དེ་ཡིན་མིན། དོ་པོ་འདྲ་མིན་སོགས་ལས་བརྒྱལ་བའི་དེ་བྱུང་བའི་ལན་དུ་རིགས་  
 པ་སྤྱོད་བཟང་གྱུ་མཚོ་སྦྱིན་ཞེས་བྱ་བས། ཆོས་གྲུ་ཆེན་པོ་བླ་ཞེས་ལྷན་པོ་དཔལ་གྱི་སྤྱོད་ཕྱགས་ཐམས་ཅད་ལས་ན་མ་པར་  
 གྱལ་བའི་སྤྱིང་གི་གར་འདུག་ལྟ་བུ་ལ་བཅེགས་པའི་གྲར་ཁང་དུ་ནས་པར་བསྐྱེབས་པ་ཇ་ཡིན།

༡༡། །སྤྱོད་གསེང་རི་མོར་བཀྲ་བའི་མཐོང་སྤང་གི་རྒྱུན་གྱིས་  
 བསྐྱལ་དེ་སེམས་གྱི་རང་ཞལ་མཐོང་བར་སྦྱོན་པའི་  
 སྤྱོད་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཆྐ་སྟོ་ལ། །དེ་མེད་སེམས་གྱི་རང་བཞེན་ཆོས་གྱི་སྦྱོ།  
 །དེ་མེད་ལུང་དང་རིགས་པའི་སྦྱོ་བར་ནས། །དེ་མེད་གསུང་གིས་གསལ་བར་ངོ་  
 སྟོན་པའི། །དེ་མེད་ཀུན་མཁྱེན་ཞང་ལྷ་ཆེན་པོས་སྟོངས། །དེ་ནི་གནས་ཆེན་  
 བསྐྱོར་བ་ཅུང་བཞག་ནས། །དེ་ཀོ་རང་གི་སེམས་ལ་བསྐྱོར་གཅིག་གྱག། །ད་  
 སྤྱོད་ལ་སྦྱིང་པོ་ཇི་ལྟར་སྤངས། །དེ་ནི་འཆི་བར་དུས་གདུགས་མི་འཆོར་རམ།

ཡོང་ཡོད་རང་དབང་མཆིས་ཆེ་པོས་དལ་བསྐྱད། །ཡོང་མེད་འཆི་བས་གདུགས་  
 སྐབས་འགྲོད་ཀྱང་འཕྱིས། །ཡོང་ཡོད་རང་རིང་འདིས་ནི་སྤར་ཡང་བསྐྱས། །ཡོང་  
 མེད་རྒྱད་ལ་བསྐྱན་དང་རྟོག་གི་བ། །རེ་དོགས་བལ་བ་དྲང་བོའི་བརྟུལ་ཞུགས་  
 གྱིས། །རེ་གཉིས་སྤྱིང་ལ་འབབ་པར་མ་གྱུར་ཀྱང་། །རེ་ཞིག་སྐབས་ལེགས་  
 རྟན་འབྲེལ་ཆོགས་པའི་མཐུས། །རེ་མེད་ཆོས་སྤྱིན་སྒོ་འཕར་བརྒྱ་ཐུག་ཕྱེ། །གཞན་  
 དོན་འབད་ཚོལ་མི་དགོས་འགྲུབ་འདྲ་བ། །གཞན་དོན་ཐོལ་གྱིས་རང་ཉིད་གཡང་  
 བྱེད་དེ། །གཞན་དོན་ལག་ལེན་བཞག་ནས་ཡིད་གྱིས་ནི། །གཞན་དོན་རྩས་པའི་  
 རྒྱུ་ལ་འབད་འཆལ་ལོ། །ཨ་དི་ག་དང་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་བའི། །ཨ་མྱི་ད་  
 འདྲའི་བཀའ་སློལ་དྲི་མེད་ལ། །ཨ་བེ་ཡི་དབང་གུར་སྐྱེ་པོ་འགའ། །ཨ་དིའི་  
 ཟབ་བྱུང་མེད་སྐྱམ་མཐོ་སྐྱེགས་བྱེད། །རྒྱད་དང་ཆོས་གཉིས་མཐུན་པར་མི་འགྱུར་  
 པའི། །རྒྱད་སྡེའི་སྤྱིང་པོ་ཇི་ལྟར་ཉམས་སྒངས་ཀྱང་། །བརྒྱད་པ་གོང་མའི་རྟོགས་  
 པའི་ལྟ་བར། །རྒྱད་འདྲིན་རྗེས་མ་ནམས་ལ་དཀའ་བར་སྤང་། །ཐོག་མར་རང་  
 གི་རྒྱད་ཆོད་གང་འདྲ་ཞེས། །ཐོག་མའི་སྒོ་སྦྱོངས་ལྷ་བུར་ཆིག་དེལ་གྱིས། །ཐོག་  
 མེད་ནས་བསགས་སྤྱིབ་སྦྱོངས་ལ་འབད་དེ། །ཐོག་མའི་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་དེར་ཨི་ཚུད་  
 བཞ། །ཆོས་ཀྱི་སྐྱས་གདང་དང་པོ་མ་བགོམ་པར། །ཆོས་ལ་མཐོ་སྐྱེགས་བྱེད་  
 འདིས་རང་གཞན་ཀུན། །ཆོས་ལ་འབད་སྒོ་ཇི་ལྟར་བྱས་གྱུར་ཀྱང་། །ཆོས་བཞིན་  
 སྒོ་བསྐྱེད་འཐོན་པ་དཀའ་བར་སྤང་། །དེ་ལ་བྱུབ་མཐའ་ནམ་པ་བཞིར་བྱེད། །དེ་  
 ཡི་བྱུངས་ནི་འཁོར་ལོ་བར་མཐའ་གསུམ། །དེ་ཡང་འདུལ་བའི་རྒྱད་ཆོད་དང་བསྐྱན་  
 ནས། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུང་གི་གཞན་དུ་མིན། །དེ་བཞིན་ཐེག་པ་གསུམ་  
 དང་རྒྱད་ཇི་བཞི། །དེ་དང་དེ་ཡི་འདུལ་བའི་སྐྱེ་པོ་ལ། །དེ་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་  
 སྒོ་སྦྱོང་བྱེད། །དེ་ནི་རང་ཅག་གོ་བྱར་མཐར་བུག་སྤང་། །དེ་དག་གིས་བསྐྱན་

ཉམས་སྲུང་བྱ་ཀྱན། ཉེ་དེའི་དོ་བོ་མ་ཞོར་གངས་མ་ཆད། ཉེ་ཡི་གོ་རིམ་  
ངེས་པ་གཏན་འབེབས་པ། ཉེ་ནི་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡིན། ཉེ་ཡི་མཚན་  
དོན་ལེགས་པར་ངེས་གྱུར་ན། ཉེ་དག་སྐབས་སྲུང་བཅས་གཙོ་བོ་དང་། ཉེ་  
ཡི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱན་ལ་རིམ་བཞིན་དུ། ཉེ་ཡང་མཐོ་སྤྲུགས་མི་བྱེད་འབད་དགོས་  
སོ། ཁ་དད་འགྲོ་བའི་བསམ་པ་ངེས་དཀའ་ཞིང་། ཁ་མལ་བྱིས་པའི་ཤོགས་  
དང་འགྲོགས་འདྲིས་གྱིས། ཁ་འགྲོན་ལྷན་སེམས་འདི་བསྐྱད་འཇུར་བས། ཁ་  
མལ་པ་ཙམ་བྱས་ཏེ་བྱོལ་ན་ལེགས། ཁི་ཁོད་མི་མེད་ནགས་གྱི་ནང་དག་དུ། ཁི་  
དུགས་བསེ་རུ་བཞིན་དུ་གཅིག་བྱར་གནས། ཁི་ལྷར་གཡོ་མེད་དམ་བཙའ་བཟན་  
པོ་ཡིས། ཁི་སྤང་འགོང་བའི་སྤྱད་བྱངས་ནམ་ལེན་འཇུར། ཁང་དབང་ཐོབ་  
པའི་དབེན་གནས་ཉམས་དགའ་བར། ཁང་སེམས་བྱར་མེད་གཅིག་བྱར་གནས་  
བྱས་ཏེ། ཁང་ཉིད་འཆི་བདག་བྱང་དུ་སྤྲུགས་པའི་ཆོ། ཁང་གི་ལམ་བརྒྱགས་  
ཅུང་ཞིག་གསོག་འཆལ་ལོ། ཁང་དོན་ཡལ་བར་དོར་ནས་གཞན་དོན་ཟོལ། ཁང་  
ཉིད་ངལ་བའི་དཀའ་སྤྱད་འདི་དོར་ཏེ། ཁང་དོན་ཞར་ལ་འབྱུང་བའི་གཞན་དོན་  
གྱིས། ཁང་གཞན་ཀྱན་གྱི་དོན་འཆོངས་ཨི་མ་ཏོ། ཁང་ཉིད་ཡིད་གཙུགས་  
ཞི་བདེ་དོན་གཉེར་སྒོས། ཁང་གི་མར་གྱུར་འགྲོ་ཀྱན་ཡལ་བོར་ནས། ཁང་  
ཉིད་གཅིག་བྱ་ཇི་ཐར་བྱས་གྱུར་ན། ཁང་དོན་འང་མ་རྩོགས་སྤངས་རྟོགས་ཉི་ཆོར་  
ཟད། ཁྱིད་པའི་སྒྲོན་མཚང་མ་ལུས་གཟིགས་གྱུར་ཀྱང་། ཁྱིད་ལ་སྒྲོ་བའི་ངང་  
ཚུལ་མི་མཛད་པར། ཁྱིད་འདིར་བསྐྱན་དང་འགྲོ་བའི་དཔལ་ཞིང་དུ། ཁྱིད་  
མཐའི་བར་དུ་གཡོ་བ་དེ་དག་བསྐྱུགས། ཁྱིད་གསུམ་འགྲོ་བའི་གཉེན་གཅིག་  
ཐས་གཙང་གས། ཁྱིད་པ་མི་ཡི་ཚུལ་བཟུང་བྱར་སྤྲིག་བཞེས། ཁྱིད་ཀྱན་མཆིལ་  
མའི་ཐལ་བཞིན་དོར་རོ་ཞེས། ཁྱིད་ན་གྲགས་པའི་སྤྲུཆེན་ཅི་ཡང་བསྐྱུགས། ཁྱིད་

མིན་མིན་པའི་ཚུལ་བཟུང་དཔེ་པའོ་ཞེས། །མིན་པའི་ཉེས་སྒྲོན་ཀུན་གཞི་བྱིས་  
 བཟུང་སྟེ། །མིན་འབྱོར་མིང་གི་མཐོང་བའི་གསལ་ཤིང་བལ་གྱིས། །མིན་པའི་  
 ཉགས་སྒོང་འདི་ཀུན་དོག་པོར་ཁེངས། །མིན་པའི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བའི་ངང་ཚུལ་  
 ལ། །མིན་འདིར་འབྲོ་བ་འདུལ་བའི་ཐབས་མཁས་ཞེས། །མིན་གསུམ་སྒྲོན་  
 པ་ཡིས་ཀྱང་མ་གཟེགས་པའི། །མིན་པ་སྒྱུར་ཐབས་འདི་དག་རི་ཞིག་ཡང་། །མིན་  
 ཞིའི་འདིགས་སྒྲོལ་སྒྱུབས་གཅིག་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །མིན་པ་མི་ཡི་གར་བསྐྱར་  
 ཚར་ཁ་བ། །མིན་གསུམ་འབྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་མིག་གཅིག་ལ། །མིན་ན་གསུམ་  
 པའི་བ་དན་གཡོ་དེའི་སྟེལ། །མིན་ལས་འབྱུངས་པས་དུབ་པའི་འབྲོ་ནམས་ལ།  
 །མིན་ལས་སྒྲོལ་བའི་ཐབས་ཚུལ་ཚོས་སྒྲོ་བར། །མིན་འདིར་འདིགས་མེད་མེད་འི་  
 དབྱངས་སྒྲོགས་པ། །མིན་ཞིའི་གཙུག་རྒྱན་དེ་དག་བསྐྱུགས་པར་འོས། །མིན་  
 པའི་ལ་མཐའ་གདུགས་པ་མེད་པ་ནས། །མིན་པའི་འཕྱལ་འཁོར་གཞིལ་བར་མ་  
 བྱུར་བར། །མིན་ལ་ཞེན་པ་སྦྱ་ཉག་ཅམ་དབེན་ཡང་། །མིན་འདིར་འབྲོ་འདུལ་  
 གར་གྱིས་ཅེན་ནམས་བསྐྱུགས། །མིན་ཞིའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་དབྱ་མའི་ལམ།  
 །མིན་གསུམ་སྒྲོན་པ་སྐས་བཅས་གཤེགས་བཤུལ་དུ། །མིན་འདིར་གོམ་པ་འགོད་  
 བཞེད་འགའ་མཆིས་ན། །མིན་ལ་ཡིད་འབྱུང་ཐོག་མར་བསྐྱེན་འཆལ་ལོ། །མིན་  
 གསུམ་མི་ཉག་གཡོ་བ་སྒྲོན་སྒྲིན་བཞིན། །མིན་པའི་སྒྲོན་ཚོགས་ཀིམ་པའི་འབྲས་  
 ལྷར་མཐོང་། །མིན་ལ་ཡིད་འབྱུང་སྒྲོ་ཤས་དག་པོ་ཡིས། །མིན་ཅའི་གཉེན་པོ་  
 ལྷ་ལ་གོམས་འདྲིས་འཆལ། །དེ་ཡང་ཐོག་མར་དགག་བྱ་ངོས་བཟུང་སྟེ། །དེ་  
 ཉིད་འགོག་ཚུལ་མདོ་ལས་རི་ལྷར་སྦྱལ། །དེ་དེ་བཞིན་དུ་རིགས་པ་བརྒྱས་བསྐྱུབས་  
 པ། །དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་གཞོལ་ཚུལ་སྦྱིང་ལ་བསྐྱུན། །ཁུ་ཕྱར་མིག་གི་མཐོང་  
 ལྷར་སྦྱ་ཚོགས་འདི། །ཁུ་གཉེར་བཞིན་དུ་སྐད་ཅིག་རེ་རེས་ཡལ། །ཁུ་ཤིང་

ཅོན་མཆོད་མཆོད་པའི་ཆུ་མཆོད་ཀྱི་ལམ་ལྟར་ལྟ་བུར་གྱི་སྒོར།

བཞེན་དུ་སྒྲིང་པོ་བཅལ་བས་སྒོར། །ཆུ་ཡི་རྒྱ་བཞེན་གསལ་ཡང་བདེན་པ་གང་། །  
སེམས་ཀྱིས་བཞོད་པའི་སྒྲ་ཆོགས་ཡོ་ལང་ཀུན། །སེམས་ཉིད་འཆིང་པའི་རྒྱུན་  
དུ་མི་འགྱུར་བར། །སེམས་ཀྱི་རང་ཞལ་མཐོང་པའི་གྲོགས་ལྟར་ཏེ། །སེམས་  
ཀྱི་ཆོས་ཉིད་མཐའ་བྲལ་དབྱིངས་རྟོགས་ན། །རི་ལྗར་མཐའ་བཞེན་དབྱེད་པས་བཅལ་  
པའི་ཆོ། །རི་བཞེན་སྒྲུང་བ་ལྟར་གྱིས་སྒོར་པ་ཡིས། །རི་སྒྲུང་ཆོས་ཚུལ་ཀུན་  
ཀྱི་རང་གཤིས་དབྱིངས། །རི་མ་རི་བཞེན་ནམ་ཞིག་རྟོགས་པར་འགྱུར། །སྒྲུང་  
བ་སྒྲ་ཆོགས་འཆར་པའི་རྟེན་འབྱུང་འདི། །སྒྲུང་ཙམ་ཉིད་ནས་བདེན་པས་སྒོར་  
ལགས་ན། །སྒྲུང་བཞེན་བདེན་པར་ཞེན་འདི་སྒྲུན་སྒྲུང་ནས། །སྒྲུང་སྒོར་དབྱེར་  
མེད་ནམ་ཞིག་རྟོགས་པར་འགྱུར། །གཏོད་ནས་རང་བྱུང་བྱུང་པའི་བྲག་རྒྱིབས་  
སྟེ། །གཏོད་ནས་མ་བཅོས་སེམས་རོ་ལ་བལྟས་ཏེ། །གཏོད་མ་ནས་ཞི་འོད་  
གསལ་དབྱིངས་ཀྱི་དངོས། །གཏོད་མའི་མགོན་པོའི་རང་ཞལ་ནམ་མཐོང་འགྱུར། །  
ཅི་སྒྲུང་སྒྲུ་མའི་ཚུལ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒོར། །ཅི་ནས་གཞན་དོན་སྒྲུབ་པ་ལྟར་བྱང་  
ན། །ཅི་ཞིག་ལྟར་ཏེ་རིང་པོར་ཐོགས་ལྟར་གྱུར་གྱང་། །ཅི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཐོབ་  
མི་འགྱུར། །རིས་འགའ་དགའ་སྟེ་རྟོག་པོ་འདེགས་འཛོག་ཅིན། །རིས་འགའ་  
སྒྲོ་བས་སྒྲིང་ཆུ་མིག་སྒྲར་ཟགས། །རིས་འགའ་དད་པས་རྒྱངས་འཕྲོད་དབྱེད་ས་  
སྒྲ་བྱངས། །རིས་འགའ་སྒྲུག་པའི་སྒྲོ་སྒྲུས་ན་པ་འཆར། །རང་གི་སྒྲོད་ཚུལ་སྒྲ་  
གསང་མེད་པ་རུ། །རང་གཞན་གང་ལའང་རེ་དོགས་མ་བྱས་པར། །རང་བཞེན་  
དང་པོས་བྱགས་འབྱུང་སྒྲ་ལེན་པ། །རང་གཤིས་སྒྲོན་གོམས་སྒྲེ་བས་ཐོབ་ལས་  
བྱུང་། །སྒྲུན་དང་གས་གཞུང་བཞེན་རྒྱན་གཅིག་ལས་བཅུམས་ཏེ། །སྒྲུན་འགྱུར་  
འབུམ་གྱི་རོ་ལྟར་སྒྲུ་དབྱེད་ས་འདིས། །སྒྲུན་དང་གས་སྒྲུ་པའི་སྒྲོ་བས་པ་མངོན་དགེ་  
དང་། །སྒྲུན་འགྱུར་ཆོག་གི་གཏོར་གྱི་སྒྲུ་མི་(བར་དུ་ཆོད་པའི་རྒྱང་སྒྲུན་གྱི་རྒྱན་ལ་བཅུ་གསུམ་

ཅོ་ནེ་སྒྲ་མ་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒྲོར།

ཡོད་པའི་ནང་ནས་བཅུ་བཀྲ་བ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་གཅིག་ཀྱང་ལས་བརྒྱུ་མ་ཉེ་རྒྱུ་བཞིའི་དབྱས་ན་ཡོད་པས་མཐའ་  
བརྒྱན་ཏེ་སྒྲིལ་ལོ། །)དཔོག་ སྒྲོབ་སྦྱངས་འབད་ཚུལ་བསམ་ན་ཉམས་རེ་དགའ། །ལག་  
སྦངས་བྲལ་བ་བསམ་ན་རོ་རེ་གཞོངས། །ཚོགས་ཚོས་འགྲིམ་ཚུལ་བསམ་ན་ཨ་  
རེ་དགའ། །བྱ་བཞག་ལ་ལ་བསམ་ན་ཅེལ་རེ་རྒྱུང་། །དག་སྦྱོར་འགའ་ཞིག་བྲན་  
པས་ཉམས་རེ་དགའ། །སྒྲིག་སྦྱོར་འགའ་ཞིག་བྲན་པས་སྦྱིད་རེ་གཡའ། །བཏང་  
སྒྲོམས་འགའ་ཞིག་བསམ་ཆེ་དགོད་རེ་སྒོ། །གཡམ་རྒྱག་འགའ་ཞིག་བསམ་ཆེ་  
ཨ་རེ་སྒྲན། །ཚོས་ཀུན་གདོད་ནས་སྦོང་བའི་གཤིས་ལུགས་དབྱིངས། །རང་  
སེམས་གདོད་ནས་སྦྱེ་ཅིད་ལེགས་ཞུགས་ནས། །ཤིས་བྱའི་གདོད་ལུགས་རི་བཞིན་  
མངོན་གྱུར་ཏེ། །བྲལ་བདག་གདོད་མའི་མགོན་པོའི་གནས་ཐོབ་ཤོག །ཅེས་སྒྲ་  
ཚོགས་རིམ་བཟང་པོའི་མཛོད་སྤུང་གི་རྒྱུན་གྱིས་བསྒྲུབ་ཏེ་སེམས་ཀྱི་རང་ཞལ་མཛོད་བར་སྒྲོན་པའི་ལྷ་དབྱངས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
ནི་གནས་བསྐོར་ལས་དུ་སྒྲོན་གྱི་སྒྲི་ཆེན་དམ་པའི་གདན་ས་ཡལ་ཆེ་བྱིས་བཅུན་གྱིས་བརྒྱུ་ཞིང་། ལྷ་བ་གནས་ཁྱད་ཆོན་ནམས་  
ཀྱང་མཚམས་པའི་མེད་ཆུ་བྱིས་པ་པོ་མེད་མཛོད་ཡིས་བཀག་པས་མཇལ་དགའ་ཞིང་དེ་དག་ཀྱང་དཔལ་འདྲི་ཤིང་ཀྱར་དང་། ཡབ་  
རྗེ་རྒྱལ་བགཉིས་པའི་བཀའ་སྤྲོལ་ལ་འོངས་སྦྱོང་པའི་སྐལ་བས་དཔེན་པར་མ་ཟད་བྱོལ་ཐབས་བྱེད་ཅིང་སེམས་འཚོལ་གྱིས་རྒྱུར་  
དུ་བྱོལ་རེ་མང་ཞིང་། ལར་རང་གཞན་གང་ལ་བཟུངས་ཀྱང་ཚོས་ལ་མཐོ་སྒྲགས་བྱེད་པ་ལས་རང་གི་རྒྱུ་ཆོད་དང་བརྒྱན་ཏེ་  
ཚོས་སྦྱབ་པ་ལན་དགོན་པར་མཛོད་བས་རྒྱན་བྱས་ཏེ། ལ་ཕྱིའི་གངས་ཀྱི་ཉི་འདབས་སུ་ཕྱོགས་ཅིང་རྒྱལ་པམས་འགྲིམ་པའི་མང་  
ཐོས་སྤོང་བ་བརྟོད་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྒྲིན་གཙུག་ལག་ཚོས་ཀྱི་འདོད་འཛོར་འཕྲོད་པས་རྣམ་པར་བསྐྱེད་པས་པེང་ཡུ་སྒྲ། །



༡། །སྤང་སྤྱང་མཛེད་གཙུགས་གྲོགས་སྤྱ་འཐམས་པའི་ངང་  
 རྒྱལ་དཔེ་ཡི་སྒྲོ་ནས་མཚོན་པའི་བྲག་ཅིང་  
 སྤྱ་དབྱངས་ཞེས་བྲ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཐུ་སྒོ་ཁ་ཡ། རྟེན་འབྱུང་སྒྲོས་ཀྱན་དབྱིངས་སྤྱ་རོ་མཉམ་  
 ཉིད། །གཞིགས་པའི་ཡི་ཤེས་ཉི་མ་འབར་པའི་གཞིས། །མོངས་པ་སྤྲུག་རུམ་  
 དབྱིས་འབྱེན་མཐུ་མངའ་བ། །ཞོ་ངར་རལ་གྱིའི་འཁྲིའིང་གཡོ་དེས་སྤྱོདས། །སྤང་  
 རྒྱལ་སྒྲོས་མེད་རྒྱགས་བྱབ་ལིང་པོ་འདི། །གནས་རྒྱལ་གཤིས་ལ་དཔྱོད་པས་བཅལ་  
 བ་ན། །མི་བདེན་སྤྱང་པའི་དབྱིངས་སྤྱ་གཞོལ་འབྱུར་མོད། །མ་བརྟག་སྤང་བ་  
 བཟག་པའི་ངོ་མཚར་སྒྲོས། །ཐག་རིང་བར་གྱི་སྤང་པའི་རྟེན་འབྱུང་གིས། །ཟླ་  
 བ་རྒྱ་ཡི་གཏིང་དུ་གཡོ་བར་མཐོང་། །རྒྱལ་རྒྱལ་གྱིས་ཅེན་ཏེ་བཅལ་བ་ན། །ཟླ་  
 བ་རྒྱ་རུ་སྤང་བ་སྤྱང་ཞིང་ཡལ། །ངར་འདྲིན་རྩན་ཅིག་སྒྲིས་པའི་སྤང་ཞེན་ངོར། །  
 སྒྲོས་མེད་རྒྱགས་བྱབ་པ་ཞིག་བྱབ་ཉམས་འཆར། །ལུས་སེམས་འོ་རྒྱ་འདྲེས་  
 འདྲའི་ནང་དག་དུ། །གཤིས་དཔྱོད་སྒོ་ཡིས་གཞིག་ཆེ་སྒྲོས་མེད་ཅིག །མིག་གི་  
 དབང་པོ་བཅོར་པའི་རྟེན་འབྱུང་གིས། །ཟླ་གཅིག་ཟླ་གཉིས་སྤང་པའི་དབང་ཤེས་  
 སྒྲི། །མ་བཅོར་རང་སར་བཞག་སྟེ་བལྟས་ཅན། །ཟླ་གཅིག་ཟླ་གཉིས་སྤང་བ་  
 འབྲལ་བར་གོ །རྒྱགས་བྱབ་བདེན་ཞེན་སྒོ་ཡིས་བསྐྱད་པ་ན། །གང་གར་ཡུལ་  
 གྱི་ངོས་ནས་བྱབ་ཉམས་འཆར། །བརྟགས་དོན་འཛོལ་བའི་རིགས་པས་དབྱང་  
 པ་ན། །རྟག་པས་མར་ལ་བརྟགས་ཅམ་ཉིད་དུ་བྱབ། །རབ་རིམ་ནད་གྱིས་ཐེབས་  
 པའི་རྟེན་འབྱུང་གིས། །མཁའ་ལ་སྒྲུ་གད་འཛག་པའི་སྤང་བ་འཆར། །རབ་རིམ་

སྒྲོན་དང་དབྱུང་གྱིས་བསལ་བ་ན། །མཁའ་ལ་སྒྲོ་ཤད་འཛག་སྒྲུང་འབྲུལ་བར་གོ།  
དངོས་འཛིན་འབྲུལ་བའི་ཆར་གིས་བཟི་བ་ན། །གང་ཤར་བདེན་སྒྲུང་རྟོག་པའི་ཐོ་  
ཅོ་མང་། །མཚན་འཛིན་དམིགས་གཏད་གཞིག་པའི་སྒྲོ་སྒྲིམ་ན། །གང་ཤར་བདེན་  
ཞེན་སྒྲོ་ཡི་རང་མཚར་རིག །ཆར་སྒྲིན་ཉི་འོད་ཚོགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་གིས། །འོད་  
ལཱའི་མདངས་སུ་བཀྲག་འབར་འཇའ་ཚོན་ཤར། །སྒྲེ་མོ་གཡོ་མེད་ས་ལ་ཟུག་ལྷར་  
སྒྲུང་། །གམ་དུ་བཅར་ཆེ་པར་པར་འབྲོས་ཤིང་ཡལ། །མ་བདགས་ལྷན་སྒྲི་སྒྲོ་  
ཡི་སྒྲུང་རོ་ན། །ཀྱན་རྫོབ་སྒྲེ་ཚོགས་བཀྲ་བའི་ལྷད་མོ་མང་། །དོན་དམ་ཡིན་  
ལྷགས་དབྱེད་པའི་རིག་རོ་ན། །ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་བརྗོད་མེད་གཤིས་ཀྱི་དངོས། །ཞེ་  
མ་མེད་མིན་སྒྲོས་ནས་གྲུབ་པའི་ཆོས། །ཞེ་རྟོ་ཡོད་མིན་བདེན་པར་སྒྲུང་ཚུལ་  
བཞིན། །ཡོད་མེད་མཐའ་དང་བྲུལ་བར་དབྱུ་མའི་ལམ། །འབྲིམ་པ་གང་དག་  
མཐའ་བྲུལ་དབྱུ་མ་བ། །ཞི་བམིལ་མཚོག་གི་སྒྲོང་འདས་དངོས་ཐོབ་པ། །དོན་  
དམ་མདོན་དུ་གྱུར་ནས་མ་བསྒྲོམས་མིན། །དོན་དམ་ཇི་མཇི་བཞིན་རྟོགས་པ་ཡང་།  
ག་སྒྲུད་རྟེན་འབྱུང་ཐབས་སུ་གྱུར་ལས་སོ། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ཚོགས་པའི་  
སྒྲུང་བ་ཡིས། །དོན་དམ་གཤིས་ལྷགས་རང་ཞལ་རོམས་པ་དང་། །གཤིས་ལྷགས་  
སྒྲོས་དང་བྲུལ་བའི་དབྱིངས་ཉིད་ནས། །ཀྱན་རྫོབ་སྒྲོས་པའི་ཡོ་ལང་ཅིར་ཡང་འཆར།  
ནམ་ཞིག་སྒྲུང་བས་སྒྲོང་བའི་དོན་སྒྲོན་ཅིང་། །སྒྲོང་བས་སྒྲུང་བ་མི་འགོག་གོ་  
འབྱེད་པ། །དེ་ཆེ་རྒྱལ་བ་དབྱེས་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས། །མཐར་འཛིན་ལྷ་བས་  
འཕྲོག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །སྒྲོ་བྲོས་བརྩོན་པའི་བྲོགས་ཀྱིས་མ་དོར་བས། །དོན་  
དང་ཆོག་འབྲུ་བཟང་པོའི་གཞུང་ལྷགས་ལ། །རྒྱ་ཆེན་ཐོས་པ་འཚོལ་བས་མི་རོམས་  
པ། །མཚོ་ཆེན་རྒྱ་ཡིས་ཡི་བཞིན་གྱུར་དེས་སྒྲུས། །ཞེས་སྒྲུང་སྒྲོང་མཇའ་གཙུགས་བྲོགས་  
སུ་འཐམས་པའི་དང་རྒྱ་དཔེ་ཡི་སྒྲོན་མཚོར་འདི་བྲག་ཅི་གྲུ་དབྱུངས་ཞེས་བྲུབ་འདིན། །ཡལ་རྗེ་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་སྒྲུབ་

ཅོན་མ་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གཞུང་ལས་ལྷ་མགྲར་གྱི་སྒོར།

གནས་ཁྱད་པར་ཅན་སེང་ཆོས་ཤིང་དུའྲུགས་མེད་རྒྱལ་པོས་འབྲིམས་པའི་མང་ཐོས་སྤྱོད་བཟོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྤྲོད་ཞེས་བྱ་  
བས་དབྱངས་སྤྱུགས་བའི་ཡིག་བཞི་ཉེ་བར་གནས་པ་ཆོས་མཛད་བཞུན་པ་རྒྱ་མཚོས་བགྲིས་པོ། ॥

༡༡། །མདོ་དོན་དབྱངས་སྤྱུགས་བ་མཐར་འཛིན་གདུང་སེལ་སྒྲ་  
བ་ཞུན་མའི་ཐིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཆོ་མེ་ལ། ལྷ་ཕྱག་ན་པོ་འོ་སྒྲ་འབྲུལ་གར། །གནས་  
ལྷ་རིག་སྒྲ་བ་ཡོངས་ཀྱི་གཙོ། །པ་མཁན་ཆེན་དག་གི་དབང་པོའི་ཞབས། །སྤྱིང་  
འདབ་བརྒྱད་པོ་འོ་སྒྲ་བར་རོལ། །ཞིང་དག་པ་རབ་འབྱམས་མ་ལུས་པའི། །ཡོངས་  
རྒྱལ་ཀུན་གསང་གསུམ་འབྲིན་ལས་ནམས། །དོན་གཅིག་དུ་འདུས་པའི་དིན་ཅན་  
ཇི། །པ་བཅེ་གདུང་ཅན་གྱིས་བྱིན་ཆེན་ཐོབས། །མདོ་ཟབ་མོའི་དགོངས་དོན་  
འབྲེལ་བའི་རྒྱལ། །ལར་གྲུབ་མཐའ་སོ་སོའི་བཞེད་རྒྱལ་མང་། །ཕྱག་དགོངས་  
བཞེད་མཐར་ཕྱག་ཐལ་འགྱུར་བའི། །སྒོལ་ཇི་བཞེན་འདིར་ནི་དབྱེ་བར་བྱ། །གདོན་  
དུག་ལྷ་ལྷག་པར་སྤྱོད་པ་ཡི། །སྒོ་སྤངས་པའི་ནང་ནས་སྤངས་ཆབ་ཅན། །རང་  
ཁོ་ན་ཆད་མར་འཛིན་དག་ལ། །ཆིག་ཇི་འབྲས་ཀྱང་འགལ་བར་འཛིན། །ཡིད་  
འབྲུལ་བ་སྒབ་ཅིང་སྤྲོགས་ཞེན་བལ། །ཆོས་དོན་གཉིར་འདུན་པའི་རྩལ་འཆར་  
ལ། །སྒོ་གང་ནས་ཁྲིད་ཀྱང་དོན་ལུན་ཏི། །ཆིག་ཉུང་དུས་ཐར་བར་བགྲི་རྒྱལ་  
སྒོས། །གཟུགས་གང་སྤང་སྤྱོད་བ་བཅོལ་བ་འདྲ། །འབྲུལ་སྤང་བ་བཀྲག་སྤྲེ་རྒྱེན་  
གྱིས་གཞིག །རྒྱགས་ཐུབ་དུ་ཨ་འཐས་ཞེན་པ་དོར། །སྤང་སྤོང་གི་རང་བཞིན་  
གཏན་ལ་ཐོབས། །ཆོར་སེམས་གདུང་བར་མ་རྒྱ་བྱར་འདྲ། །དུས་སྒོ་བྱར་སྒྲི་ཞིང་  
སྒོ་བྱར་ཡལ། །སེམས་ཆགས་སྤང་སྤོངས་པའི་ཞེན་པ་དོར། །ཀུན་སྤྱུག་བསྐལ་

ཙཱ་མ་མེ་པ་ཐུ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྟོར།

རང་བཞིན་ཅན་དུ་རྟོགས། །ཡུལ་རིས་གཅོད་འདུ་ཤེས་སྒྲིག་རྒྱ་འདྲ། །ཁོས་སྐྱ་  
རིས་འབྱེད་ཀྱང་རང་ངོས་སྟོང་། །ཡུལ་ལོག་བཟུང་ཞེན་པ་ཨ་འཐས་དོར། །གཤིས་  
སྟོང་བའི་དབྱིངས་སུ་རོ་མཉམ་མཛོད། །ལས་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཚུ་གིང་འདྲ། །  
གཤིས་བཟག་དོན་བཅའ་ན་སྟིང་པོས་དབེན། །ལས་འཁོར་གསུམ་བདེན་འཛིན་  
དུག་བཞིན་སྟོངས། །སྤང་ཅམ་པོ་སོ་སོར་སྒྲིན་ཚུལ་རྟོག །སེམས་སྤང་བའི་  
རང་མདངས་སྒྲུ་མ་འདྲ། །སྤང་བཀྲག་གི་སྟོ་བྱིད་མཚར་ན་ཡང་། །དོན་སོ་སོར་  
རིག་རྒྱུའི་གཤིས་ཀྱིས་དབེན། །ཡུལ་གསོབ་གསོག་མི་བདེན་ལ་མ་རྒྱ། །ལས་  
ཉོན་མོངས་སྐྱ་མའི་སྐྱགས་རྣམས་ཀྱིས། །སྟོ་འབྲུལ་བའི་སྤང་བས་བསྐྱུས་བའི་  
འགོ། །དོན་ཡིན་ལུགས་ཚུལ་བཞིན་དཔྱོད་པ་ཡིས། །ལམ་ཟབ་མོ་ལྷ་བས་གྲོལ་  
གྱུར་ཅིག །སེམས་རང་བཞིན་འོད་གསལ་སྟོང་བའི་དབྱིངས། །དུས་སྟོ་བྱར་  
བྱི་མས་སྒྲིབ་བའི་སྒྲིན། །དོན་གཤིས་དཔྱོད་སྟོ་ཡིས་མཁར་དེངས་ཏེ། །དཔལ་  
ཀུན་པའི་ནི་ཉི་མ་གསལ་གྱུར་ཅིག །སྟོ་ཐང་གཅིག་འགྱུར་བ་སྟོག་གི་གར། །ལས་  
ནམ་དཀར་བར་པོའི་ཕྱོགས་སུ་འབྱུག །རྩ་རྒྱ་ལམ་རིས་འགའ་དན་རྟོན་དུ། །བྱང་གནམ་མཚོ་ཕྱག་མོའི་འགྲམ་དུ་བྱེས། །  
ཞེས་མདོ་དོན་དབྱངས་སུ་བྱེར་བ་མཐར་འཛིན་གྲུང་སེལ་རྒྱ་བཞུན་པའི་ཐིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། །གཉན་ཆེན་ཐང་ལྷའི་  
འདབས་གནམ་མཚོ་ཕྱག་མོའི་འགྲམ་དུ་ཕྱེས་རས་དགོས་དབང་ཞིག་ལ་དམིགས་ཏེ་བྲིས་པ་འོ། །

༡༣། །ཟབ་མོ་དབུ་མའི་གཞུང་ལས་འགྲིམ་པར་སྒོམ་པའི་སྐུ་  
དབྱངས་མཐར་འཛིན་ལྷན་སེལ་ནི་འོད་འབྱུང་པའི་  
འཁྲིའིང་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཐུ་མོ་ལྷ་ཡ། རྒྱལ་ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་རང་གཟུགས་འཇམ་  
དཔལ་དབྱངས། །རྩར་སྒྲིག་དུ་རྫོས་གར་སྐྱར་བཞེས་དིན་ཅན་ཇེ། །སྤིང་དབུ་ས་  
གྱི་མི་ཤིགས་སེམས་དང་དབྱེར་མེད་དུ། །མོས་གུས་གྱི་ནལ་འབྱོར་སྒྲོང་ལ་བྱིན་  
ཆེན་ཐོབས། །སྤང་སྤིང་ཀུན་བདེན་པས་སྒྲོང་པའི་ཆོས་དབྱིངས་མཁར། །རྩས་  
སྤགས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཆོགས་པའི་སྐུ་མའི་འཇམ། །སྤུ་ཆོགས་སུ་རང་མདངས་  
བཟུང་བའི་རི་མོ་འབུམ། །ཀུན་རྟོག་གི་ཕྱིར་གྱིས་བྱིས་ལས་གཞན་ན་གང་། །གང་  
ཤར་ཀུན་བདེན་པ་ཁེགས་པའི་སྒྲོང་པ་དང་། །མི་བདེན་གྲང་སྤང་བ་འབྲིང་པའི་  
རྟེན་འབྱུང་གཉིས། །དབྱེར་མེད་དུ་རོ་གཅིག་འབྲེལ་པའི་རང་ཚུལ་འདིས། །འཁོར་  
འདས་གྱི་ཆོས་ཚུལ་ཀུན་ལ་རྒྱ་ཡིས་བདེབ། །སྤང་ཚུལ་འདི་བདེན་པར་མ་ཞེན་  
སྒྲོང་བར་ཞོག །སྒྲོང་ཚུལ་འདི་ཆད་པར་མ་འཛིན་རྟེན་འབྲེལ་ལྟོས། །སྤང་ཅམ་  
གྱིས་སྒྲོང་བར་ཤར་ན་ལ་མཚན་རྟེ། །སྒྲོང་ཤར་གྱིས་གང་སྤང་རྒྱས་འཐེབས་ཨེ་  
མ་རྟོ། །རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པས་མེད་གོ་མི་ཆོད་ལ། །ཐ་སྤྱད་དུ་ཡོད་པས་  
ཡོད་གོ་ཆོད་པ་ཡི། །ཡོད་མེད་གྱི་འཆམས་འདི་སྤུས་གྲང་འཛིན་དཀའ་སྟེ། །འབྱུལ་  
མེད་དུ་ཟིན་དེས་ངེས་དོན་རྟེན་པའོ། །ཞལ་ལ་དེ་འབྲེལ་དགའ་སྒོམ་ཆེན་པོ་ལ། །  
ནམ་ཞིག་ཆེ་ཤེས་རབ་མིག་གིས་བལྟ་བར་འགྱུར། །ཡང་དག་དུ་རྟོགས་འདིས་  
ཆགས་སྤང་ཀུན་རྟོག་སྒྲོང་། །སྐུ་མ་ཡི་ཚུལ་དུ་ནམ་ཞིག་མཐོང་བར་འགྱུར། །ཀུན་

རྟོག་གི་སྒོ་ཡི་འཆར་སྒོའི་རི་མོ་འགའ། །བཟང་པོ་ཡི་ཀུན་སྒོང་སྒོན་པས་མཚམས་  
སྒྱུར་དེ། །རྒྱ་ཆེན་གྱི་ཐོས་པ་འཚོལ་བའི་ཚོ་རིགས་བཅུན། །མཚོ་བྱང་གི་ལྷ་  
མོར་དད་པས་ཡིག་རིས་པབས། །ཞེས་ཟབ་མོ་དབུ་མའི་གཞུང་ལས་འགྲིམ་པར་སྒོན་པའི་བླ་དབང་ས་  
མཐར་འཛིན་རྒྱུ་ལེ་ཉི་འོད་འཕྱུ་པའི་འཁྱིའི་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་འཇམ་དཔལ་སྤྱུ་པའི་ཞིང་ཁམས། །ཤར་ཙོང་པའི་ཡུལ་  
གྱི་ཚོས་གྲུ་ཆེན་པོ་སྤྱུ་འབྱུང་བུམས་པ་སྤྱིར་དུ་ལན་གསུམ་པར་སྒྲིབ་སྒྲུབས། །ཡལ་རྒྱུ་ལ་བག་ཉིས་པའི་རྒྱགས་བསྐྱེད་གྱིས་  
བརྒྱར་བའི་མདོ་རྒྱགས་ཡོངས་ཀྱི་བསྐྱན་པའི་སྤྱིར་པོ་འདི་ནམ་ཞིག་མདོ་ནད་འགྱུར་སྤྱུ་དུ་སྒོན་པས་མཚམས་སྒྱུར་དེ། རིགས་  
པ་སྤྱུ་བཟོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིན་ཞེས་བྱ་བས་ནམ་པར་བསྐྱེད་པས་པར་ཡོང་། །

## ༡༡། །ལྷ་སྒོམ་སྒྱུད་འབྲས་ལས་བཅུམས་པའི་བླ་དབང་ས་བསྐྱེད་ གསུམ་འབྲས་བཅས་རྒྱན་གྱི་མེ་ཉོག་ཅེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གྲུ་རུ་མལ་སྒོ་སྒྲུ་ལ། དབྱིངས་རིག་པ་དབྱེར་མེད་འབྲེས་པའི་སྒོར་།  
སྤྱུ་གང་འདུལ་རོལ་བའི་སྤྱིན་ལུང་འཁྲིགས། །མཚོག་ཐུན་མོང་སྤང་ཆར་རྟག་  
འཛོལ་བའི། །པ་སྒྲུ་མ་ལྷ་ཡི་འཁོར་ལོས་སྒྱོངས། །གཞི་ལྷ་བའི་འདོད་ཚུལ་མང་  
ན་ཡང་། །སྤང་སྒོང་བ་ཉེ་རིང་མི་བྱ་ཞིང་། །རྟག་ཆད་པའི་མཐའ་དང་བུལ་བ་  
དེ། །ང་ཉམས་སྤྱོད་མེད་ཀྱང་སྒྲོགས་སྤྱིང་འདོད། །ལས་སྒོམ་པས་བཟོད་ཚུལ་  
མང་ན་ཡང་། །རང་རྒྱུད་ཚོད་བསྐྱར་ཉེ་ཉམས་ལེན་པ། །སྒོན་བཀའ་གདམས་  
སྤྱིའི་བཞེད་སྒོལ་དེ། །ང་ཉམས་རྟོགས་མེད་ཀྱང་འཆད་སྤྱིང་འདོད། །ལས་  
སྒོད་པའི་ལག་ལེན་མང་ན་ཡང་། །རང་ཁས་སྤངས་སྒོམ་པའི་བཅས་མཚམས་  
ལ། །རི་མི་སྤྱུ་མི་འདུག་བཤགས་སྒོམ་ཚུལ། །ང་སྤྱིག་ལུང་སྤྱི་ཡང་བཤད་  
སྤྱིང་འདོད། །འབྲས་བྱ་བ་ཚུལ་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱིན་ན་ཡང་། །རྒྱ་བསམ་སྒྱུར་ཐུན་

ཚོགས་སྒྲོན་མོང་ལས། །འབྲས་དོན་གཉིས་སྤྲོད་ཚོགས་འབྲུབ་པའི་ཚུལ། །ང་  
 རིགས་ཅུལ་དམན་ཡང་སྤྲོད་སྤྲོད་འདོད། །ལུང་རིགས་པ་སྤྲོད་པའི་མཁས་ཆེན་དང་།  
 སྒྲོམ་ཉམས་དོན་གས་ཅན་གྱི་བྱུང་བ་ཡི། །ཐུགས་འཆར་སྒྲོ་མི་འདའི་བཞེད་ཚུལ་  
 མང་། །བདག་རང་གི་སྒྲོ་ཆད་བསྐྱུན་དེ་སྤྲོས། །སྤྲོད་དོན་གས་ལྷན་ཐུགས་དོར་  
 བདེ་ལགས་ན། །སྒྲོ་ཉམས་བཞེས་གསལ་འདེབས་བསྐྱུལ་མ་མཛོད། །ལར་  
 བྱུང་མཐའི་དབང་གིས་མི་བདེ་ན། །ཐུགས་བཟོད་པར་མཛོད་ཅིག་སྒྲོམ་ཆེན་པ།  
 གཏམ་དེ་སྤྲོད་སྒྲོ་ཡི་འཆར་སྒྲོ་འགའ། །ཐོགས་བཟང་ཐོས་ནན་ཏན་བསྐྱུལ་བའི་  
 དོར། །ལས་རྒྱ་ཆེན་ཐོས་པ་འཚོལ་བྲུལ་ཅན། །ལྷ་མཚོ་ཕྱང་དོ་ཀེར་བསྐྱེན་པས་  
 མོ། །དགེ་དེ་ཡིས་མཁའ་བྲུབ་འགོ་བ་ཀུན། །གཞི་བདེན་གཉིས་གཏན་ལ་  
 ལེགས་པབ་སྒྲེ། །ལས་ཚོགས་གཉིས་སྤྲོད་དོར་སྤྲོད་ཞིབ་གྱིས། །འབྲས་སྤྲོད་གཉིས་  
 གོ་འཕང་ཕྱར་ཐོབ་ཤོག །ཅིས་པ་འདི་ནི་མཁས་ཤིང་བྱུང་བ་བསྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་བར་མ་ཆད་དུ་བྱུང་  
 བའི་སྤྲོད་གནས་བྱུང་པར་མ། །ཞུམ་རྒྱ་ཏུ་སྤྲོད་ཆེད་རྒྱ་ལ་ལས་འགྲིམ་པའི་མང་མོས་སྤྲོད་བཤམ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྤྲོད་  
 ཞེས་བྱ་བས་གང་ཤར་དབྱངས་སྤྲོད་པའོ། །

༡༡། །བསྐྱུན་པ་ཐམས་ཅད་བྱུ་བཞི་ལས་དུ་འབྱེར་བའི་གནད་  
 དོན་ཡོངས་སུ་རྒྱ་ཚོགས་པ་ལས་བཅུ་མས་པའི་བསྐྱུང་བ་བྱ་  
 སྒྲོ་དོན་རྒྱན་གྱི་ལང་ཚོ་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཆུ་མོ་ཁྱེ་ཡ་སྤྲོ་ར་སྤྲོ་ཅ། །འཕམ་དབྱངས་དབྱངས་ཅན་  
 དགའ་མར་རོལ་བའི་སྒྲ། །གསུང་དབྱངས་དབྱངས་བདུན་རྒྱ་ཚོགས་པའི་གིས་བཞེད་  
 གྱི། །སྤྲོད་དབྱངས་དབྱངས་སུ་འཆར་བ་ནར་སྤྲོས་དེ། །སྤྲོད་དབྱངས་དབྱངས་གྱི་

རྒྱ་མཚོར་དབང་འབྱོར་མངོན། །བྱ་དཀར་དཀར་བ་དུ་མས་སྐྱབ་ན་ཡང་། །འབྲུབ་  
 དཀར་དཀར་ཆེགས་ཆེ་བའི་འདི་སྤང་བདེས། །བཟོད་དཀར་དཀར་བརྒྱས་མཚར་  
 བའི་འབྲས་འབྱེན་པས། །སྟོད་དཀར་དཀར་སྤྱད་དོན་ཐུན་ཆོས་ལ་འབྱུངས། །རི་  
 སྟོང་སྟོང་བའི་རྩ་བ་ངར་འཛིན་གྱིས། །སྟེ་སྟོང་སྟོང་པ་འབྲུབ་པའི་རྒྱ་བྱེད་པར། །  
 དེ་སྟོང་སྟོང་འདིར་དབང་མེད་འཁོར་འབྱུར་བས། །ཡང་སྟོང་སྟོང་ལས་རྒྱལ་བའི་  
 གོ་འཕང་འཛོལ། །འགོ་ཀུན་ཀུན་གྱི་བདེ་བས་ཐོངས་པ་ཡི། །ཚུལ་ཀུན་ཀུན་  
 ནས་གཡང་མེད་ལེགས་བསམ་ནས། །དེ་ཀུན་ཀུན་མཁྱེན་ཐོབ་པའི་རྒྱར་དམིགས་  
 ཏེ། །ནམ་ཀུན་ཀུན་བཟང་སྟོང་ལ་འབད་འབྱུངས་མངོན། །གང་སྤང་སྤང་བ་  
 མི་དམིགས་སྟོང་བའི་དབྱིངས། །གསལ་སྤང་སྤང་སྟོང་སྤྱ་སྤྱར་རབ་སྤྱངས་པས། །  
 གང་སྤང་སྤང་བ་དག་པའི་ནལ་འབྱོར་གྱིས། །བདེན་སྤང་སྤང་བྱེད་བཅས་པ་དུངས་  
 འབྱེན་འཛལ། །གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་སྟན་དངགས་མཁར་གཅིག་བྱ། །སྟོ་བཟང་  
 རྒྱ་མཚོར་སྟན་པའི་སྐྱབ་བརྒྱུ་པས། །ཁྲོགས་མེད་མཁར་དགའི་སྟན་ལ་དགྱེས་བསྐྱེད་  
 དེས། །དབྱངས་ཅན་རིག་འཕྲུལ་སྟན་དངགས་གཞུང་བཞིན་བསྐྱེད་བས། །ཞེས་  
 བཟོད་བྱ་བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་བྱ་བཞེལ་མ་དུ་འབྱེད་པའི་གནད་དོན་ཡོངས་སུ་རྟོགས་ཏེ་རྟོད་བྱེད་བྱ་དཀར་བའི་རྩར་ཐུན་བཞིའི་  
 དབྱས་ན་ཡོད་པ་ཚོད་ཅིང་མཚོད་པ་གཅིག་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་སྟེལ་བསྐྱོད་ན་རྒྱན་གྱི་ཡང་ཚོཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་འགའ་ཞིག་གི་  
 འདོད་ཅོས་ཀྱིས། ཡུལ་སྟོན་གསའོས་དཔལ་ཞི་ཤོད་གི་ཆོར་གས་སུ་སྟེས་པའི་སྟན་དག་ལ་འཕྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྟོན་གཙུག་  
 ལག་ཚོས་ཀྱི་འདོད་འཛོར་འདོད་པས་ཚོས་བྱ་ཆེན་པོ་དཔལ་ཐུན་བཀྲ་ཤིས་འབྱེལ་གྱི་གར་འདུག་ཚོས་ཀྱི་སྟོང་ཆལ་ཐུ་རིག་  
 ལི་ཤིའི་མེད་ཏེ་ག་ནས་པར་བཀྲ་བའི་རྩང་ཁང་དུ་ཤར་མར་སྟེལ་བ། ར་ཡུལ།





གདགས་གཞི་བདགས་ཆས་བདེན་པའི་ཐ་དད་ན། །ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་མིད་པའི་  
ཐ་དད་མྱོར། །ལག་སོགས་ན་བས་བདག་ནི་ན་བ་དང་། །དེ་དག་སོས་པས་བདག་  
སོས་ཇི་ལྟར་འགྱུར། །དེ་ལྟར་དཔྱད་ཅིང་བཅའ་ཆེ་མིང་བཅས་པར། །བདགས་  
ཙམ་སྤང་བ་ཙམ་སྡེ་ཞིབ་དུ་ན། །སྤང་ཙམ་དེ་ཡང་བདེན་པར་མ་མཆིས་པས། །ཅིར་  
ཡང་བརྗོད་མེད་གཞི་ཙ་ཀུན་དང་བལ། །འོན་ཀྱང་ང་ཡི་སྤང་བ་ཐ་སྡད་པ། །སྤང་  
ཙམ་དེ་གར་བསྟོན་པར་མི་རྒྱས་པས། །མེད་མིན་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་མིན་  
པའི། །སྡུ་མའི་ལྟ་མོ་མི་ལམ་རོལ་བ་བཞིན། །དེ་ལྟར་ཆོགས་ཙམ་ཆ་ཤས་སྡེ་  
མྱོད་རྒྱན། །གང་དུ་འད་བྱུབ་མིན་རང་བཞིན་གྱིས་སྤང་ཡང་། །གདགས་གཞིའི་  
རྟེན་འབྲེལ་ཆོགས་ཙམ་དེར་རྟེན་ནས། །ང་རུ་འདོགས་ཤིང་སེམས་པར་འགྱུར་  
པའི་གནས། །རང་སེམས་ཆངས་པ་གན་པོས་ཡོངས་སྒྲུལ་བ། །ཅི་ཡང་འཆར་  
བའི་བརྟན་གཡོའི་དངོས་འདི་དག །སྡེ་ཆོགས་ཤེལ་དང་ཡུད་པའི་ཆོན་མདངས་  
ལྟར། །མ་འདྲིས་བྱ་ཡང་སྡུ་མའི་ཡོ་ལང་བཞིན། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་སྡུ་  
མའི་འགྱུར་བ་ཡིས། །གདོད་མའི་གཤིས་ཀྱི་རང་ཞལ་དོམས་པ་དང་། །གདོད་  
ནས་དག་པའི་ཆོས་དབྱིངས་ནམ་མཁའ་ཡིས། །ཀུན་རྗེ་བ་ཚུ་འདིན་འཁྲིགས་པའི་  
གོ་ཡང་འབྱེད། །ངས་དོན་རང་བཞིན་གྱིས་དག་སྤོང་པ་ལས། །འདྲ་དོན་སྡེ་  
ཆོགས་སྤང་བ་འགག་མེད་གསལ། །འདྲ་དོན་རྟེན་འབྲེལ་སྡུ་མའི་འགྱུར་བ་ཡིས།  
དཔེ་དོན་གདད་སོ་མེད་པ་ནམ་དཔོག་འགྱུར། །འདིར་འབད་དགོ་བས་རྒྱལ་སྤྱོད་  
སྤྱོད་པའི་བྱུར། །མི་ཞུས་སྤྱིང་སྤྱོད་བས་སྤྱོད་པས་རབ་བྱུངས་ཏེ། །ཐེག་པ་མཆོག་  
གི་རིན་ཆེན་ཐེམ་སྤྱོད་ལ། །འདིགས་ཏེ་སྤྱོད་གསུམ་སོ་བྱུར་འདུག་ཤོག །ཅིས་  
ཟད་དེ་དབྱངས་སྤྱོད་པམཐར་འདིན་གདུང་སེམས་ཀྱི་བྱུང་བའི་ཏེ། །དཔེ་དོན་ཆོས་རབ་རྒྱས་ཀྱི་བྱུང་བའི་དཔེ་དོན་རྟེན་  
པར་དཔྱད་པའི་སྤྱོད་གསུམ་ཀྱི་ཏེར་ལྟ། །དག་སྤོང་སྤོང་བར་མཐུ་སྤོབས་ཀྱིས་སྤོབས་སྤོང་གི་དེ་བའདི་འདྲའི་བསྒྲུལ་པ་ཡང་

ཅ་ན་ཐ་མ་སྒོ་བཟང་བྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒོར།

ཡང་བྱས་ཀྱང་། རེ་ཞིག་སྒྲིམ་བུ་རྒྱུད་འཕྲིད་གི་སྒོར་ནས་ཕྱུང་བའི་ལྷ་ཕྱིད་བྱས་ཏེ་བཞག་པ་ལ། དེའི་རང་ག་ཞན་གཉིས་ན་  
ཚོད་ཤིན་དུ་མཛོལ་སྟེ། འདི་འདྲ་ཞིག་མ་བྱིས་ན། མེས་པ་ལས་གྱིས་དོགས་ནས་མཁམས་བྱུང་བའི་བསྐྱེད་ནས་སེར་ཐེག་པ་  
ཚོན་པའི་སྒྲིང་གི་ཉི་འདབས་རྒྱ་བཟང་རི་ཕྱོད་ནས་སྒྲོང་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་གནད་བཞིའི་རིགས་པ་མཛོད་བརྒྱས་བ་འདི་ནི། ལྷགས་  
མེད་རྒྱལ་ཁམས་འགྲིམ་པའི་མང་ཚོས་སྒྲོང་བརྒྱབ་ཟང་བྱ་མཚོ་ཞིས་བྱུང་བས་བྱིས་ཏེ་སྒྲིངས་པ་པོ། །

༡༡། །མདོ་སྒྲགས་གྱི་བསྐྱན་པའི་སྒྲིང་པོ་ཡིད་ལ་ཤར་སྒོམ་བྱེད་  
རྒྱལ་ཐར་པ་མཚོག་གི་པོ་བྱང་དུ་བགྱོད་པའི་  
ཐེམ་སྐྱས་ཞེས་བྲུ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཐུ་སྒོ་ཤུ་ཡ། སྐྱ་གང་འདུལ་གྱི་རོལ་བ་སྐྱུ་མའི་འབྲུལ།  
གསུང་འགག་མེད་དུ་ཆོས་སྤང་བྱ་མཚོ་སྒོ། །ཐུགས་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཞུགས་  
ལས་ནམ་ཀུན་གཟིགས། །པ་སྐྱབས་ཀུན་གྱི་ངོ་པོ་སྒྲིང་ཁར་བསྒྲིན། །ལས་ནོན་  
མོངས་གྱི་རྒྱུ་འགྲོ་གཞན་དབང་ཅན། །སྒྲིར་འཁོར་བ་ཡི་ཐུན་ཚོགས་ཡིད་བདན་  
ཅི། །སྒོས་རི་གཟར་གྱི་འབབ་རྒྱུ་རི་བཞིན་དུ། །ཆེ་ལྷུང་མགོགས་སུ་འགོ་བའི་  
ངང་རྒྱལ་མོམས། །མདངས་མི་ལམ་དུ་སྒྲིད་སྐྱུ་ག་གང་སྤང་བ། །གཉིད་སང་  
དུས་སུ་མི་བདེན་སྒྲོང་ཏང་ངེ། །དེ་འདྲ་བ་ཞིག་སྐྱས་ཆེན་འདེགས་པའི་ཆོ། །འབྲུལ་  
འདི་སྤང་གིས་སྐྱུ་བ་གདོན་མི་ཟ། །ཡེ་ཐོག་མེད་ནས་རིན་གྱིས་བསྐྱངས་པ་ཡི།  
མ་རིགས་དུག་གི་འགོ་བ་ཡལ་པོར་ནས། །རང་གཅིག་བྱ་ཡི་དོན་ལས་མི་འཆར་  
བ། །མི་ཡ་རབས་གྱི་བྱངས་སུ་འགོ་བ་དཀའ། །ནང་ཉིང་འདྲིན་གྱི་བད་ཅ་ལ་  
སྤང་བའི། །མེས་པ་བྱིང་ཆོད་གྱིས་སྒྲོས་པའི་སྒྲིང་ཆེན་དག །ཡུལ་དམིགས་  
རྟེན་གྱི་ཀ་བ་བདན་པོ་ལ། །དན་ཤེས་བཞིན་གྱི་ཐག་པས་དམ་དུ་ཆིངས། །ཁམས་

ཙ་ནེ་བླ་མ་གྱི་བཟང་སྤྱི་མཆོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགྱུར་གྱི་སྒོར།

བདེ་གཤེགས་ཀྱི་སྤྲིང་པོ་ནོར་གྱི་བྱ། །འབྲམ་སྟོང་ལྷན་གྱི་དྲི་མས་ཆེས་འབགས་  
 པ། །ཐོས་བསམ་སྟོན་གྱི་བཟུ་རྒྱུངས་འབད་པ་ཡིས། །འབྲས་སྐྱ་གསུམ་གྱི་  
 རང་འོད་འབྱིན་ལ་འབུངས། །རྩྱུར་སྟོས་མེད་དུ་གང་གར་དངོས་ཀྱན་ལ། །ཡར་  
 གཞན་སྟོས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཆད་མས་ཁོགས། །དེ་བཀག་ཤུལ་དུ་སྟོང་བའི་རང་  
 ཞལ་སྟོན། །དོན་དེ་ནིད་ལ་རིག་པ་ཞུགས་བཞིན་སྟོན་མས། །སྤྱི་གཟུང་བ་ཀྱན་  
 བདེན་སྟོང་དབྱིངས་སུ་བསྐྱུས། །ནང་ཀྱན་རྟོག་གི་རྩུ་འབྲལ་བད་ཀྱིས་ཆོད། །གསང་  
 གཏུགས་མ་ཡི་སྟན་ཅིག་སྐྱུས་པའི་སེམས། །ཆོས་འཁོར་འདས་ཀྱན་བྱེད་པོར་ཤེས་  
 པར་མཛོད། །ཡུལ་གང་གར་ཀྱན་རྩུ་ཡི་འཁོར་ལོ་སྟོན་མས། །སྐྱེ་གང་བྲགས་  
 ནམས་རྒྱགས་ཀྱི་གདངས་སུ་ཉོན། །སེམས་བྱན་རྟོག་ཀྱན་བདེ་སྟོང་རང་དུ་སྦྱིས། །  
 ཀྱན་ཐམས་ལ་གྱི་སྤྲང་ཞེན་འགོག་སྤྱིར་འབུངས། །ཡར་སྟོང་བཅུད་ཀྱན་དག་པའི་  
 གཞལ་ཡས་སུ། །སེམས་བདེ་སྟོང་ལ་འབྱམས་པའི་ལང་ཆོ་ཅན། །ནང་ནིང་  
 འདྲིན་གྱི་འཆར་སྟོང་འཛིན་འཛོ་ཡིས། །དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱར་རོལ་ནམས་  
 བརྒྱགས། །སེམས་སྐྱེ་མེད་ལ་སྟོང་ཁ་ཕྱོགས་པའི་མི། །སྤྱི་ལུས་དག་གི་དགེ་  
 སྟོང་རོམས་རྩྱང་ཡང་། །ནང་ནིང་འདྲིན་གྱི་འཆར་སྟོང་འབྱམས་སྐྱས་པས། །ཡམ་  
 ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་བཟོད་པའི་གོམས་འགོས་ཕྱུར། །ཡུལ་ཕྱོང་སྤྲང་གི་སྟོས་པ་  
 དང་བྲལ་བའི། །དབྱིངས་རིག་པ་གཉིས་བསྐྱེས་པའི་མེ་ལོང་དུ། །ཆོས་རྩྱན་  
 སྤྲང་གི་བཞེན་རས་འཆར་བ་ཡི། །སྤྲང་སྟོང་པ་གཉིས་རྩྱང་འབྲུག་གཟིགས་མོར་  
 བཛོད། །གཡང་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་ལས་ཁྱོལ་བའི་སྐྱེས། །ཡམ་ཆོགས་གཉིས་  
 ཀྱི་བཟོད་པར་འགོགས་བྱིན་ནས། །ཡས་རྒྱང་དོར་གྱི་སྟོང་པ་མཐར་བྱིན་ནི། །འབྲས་  
 ཆོས་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་གཉིས་ཕྱུར་ཐོབ་ཤོག །ཅེས་མདོ་རྒྱགས་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྤྲིང་  
 པ་ཡིད་ལ་ཤར་སྟོན་བྱེད་རྩལ་ཐར་པ་མཆོག་གི་སོ་བྱང་དུ་བཟོད་པའི་ཐེས་སྐྱེས་ཞེས་བྱ།

བའི་མི། རང་གི་ཡག་གཤེག་རྒྱལ་བཞིན་དུ་སྐྱུ་བ་པའི་དང་བཅོམ་ནམ་དཔྱད་ཀྱི་རྒྱ་  
 རྒྱ་སྐྱི་སྐྱི་ལས་ཡང་ཡང་ནན་གྱིས་སྐྱུ་བའི་འདྲ་མོས་ལྟར་སྟོགས་མེད་རྒྱལ་ཁམས་  
 འགྲེམ་པའི་མང་ཆོས་སྟོད་བ་བ་སྟོད་བཟར་རྒྱལ་ཆོ་སྒྲིན་ཞེས་བྱ་བས་ར་མ་འབྲུལ་སྐྱར་གྱི་  
 གཙུག་ཡག་ཆེན་པོའི་བྱར་རྒྱུ་བ་པའི་རྒྱལ་མཆོན་འཛིན་བ་རྣམས་ཀྱི་བཞི་གནས་རྒྱ་  
 བཟར་མི་ཁྱོད་དུ་སྐྱར་བའི་པི་གཤེག་བཞི་བསྐྱུ་བ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་བཀྲིས་པའོ།

༢༡། ལཱ་ཏོ་ལྷགས་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྤྱིར་པོ་ཡང་སྤྱིར་དང་བཅས་པ་  
ཉམས་སུ་བསྟར་བར་སྟོན་པའི་སེམས་ཀྱི་ཀུ་མུ་དྭ་ཁ་སྟེ་བའི་ཟླ་བའི་  
འོད་ཀྱི་བཟི་ཤིང་ཞེས་བྱ་བ།

ནམ་གྱི་རྩ་མཐུ་མོ་ལ། ལམ་ཁྱེད་ཀྱི་རྩ་མཐུ་མོ་ལ། ལམ་ཁྱེད་ཀྱི་རྩ་མཐུ་མོ་ལ།  
གསང་བ་བསམ་མི་བྱེད་པའི་དོན་ལྟར། གཅིག་དུ་བྱིས་པའི་རང་གཟུགས་  
ཞང་ལྟ་བུ། བཀའ་བྱིན་ལན་བརྒྱར་བཞག་པས་ཕྱག་བསྟོད་དོ། བརྒྱད་པའ་ཞིང་  
ཁམས་ཀྱི་མཆོར་རྒྱལ་བ་ཀུན། བསྟོད་པའི་གཟུགས་པ་སྐྱེན་རབ་འབར་བ། བཀ་  
གི་མཆོར་སྐྱེན་ལན་གཅིག་ཐོས་པས་ཀྱང་། མྱོངས་པ་མིང་གི་ལྷག་མར་མཛད་  
དེས་སྐོངས། སྐྱེ་མ་ལུས་ཀྱི་མཁོན་ཁང་རྩལ་པོ་ན། རྩལ་བའི་སེམས་ཀྱི་མཁོན་  
པོ་བྱེད་པ་ཅན། འཁོར་ལ་ཁད་དེ་ཡུད་ཅམ་བསྐྱི་གནས་ཀྱི། སྐྱི་འཁམས་མཁར་  
ལས་བྱེད་འདྲོད་མ་འཁུལ་ལམ། བཀདགས་གཞིའི་མཐོ་ཡོར་མར་བཏགས་ཅམ་  
མིན་པའི། ཁ་དང་ར་ཡིར་ཞེན་ཅིང་ཆགས་པ་ཡི། འཁུལ་པས་སྐད་པའི་གསལ་  
རིག་འདྲོད་སྐྱོས་གར། བསྐྱར་བའི་སེམས་ཀྱི་བྱེད་པར་འཁུར་ལ་ན། འམ་  
ཉོན་ར་རིའི་རྩ་མཐུ་མོ་ལ། འཁོར་བའི་སྐྱེན་རྩལ་སྐྱེད་པའི་སྐོང་དཀྱིལ་ན།  
བྱ་བྱར་འཁུག་པ་སྐད་ཅིག་མཐོང་ཅན་པའི། མི་བཏན་སྐྱོག་གི་གར་ལ་ཆགས་

འདིས་སྒྲོ། །སྤང་སྒྲོང་ཁྱོད་ཀྱི་མཛེས་པ་འཇམས་པ་ལས། །སྤྱིད་ཞི་བདེན་  
གཡོའི་སྒྲུ་མའི་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱིས། །དགའ་བའི་གར་གྱི་ཅིད་འཛོམ་རོལ་བ་དང་། །སྤྱིག་  
པའི་ཤུགས་ཀྱིས་དུ་སྤྱད་འདོན་མོ་ལོ། །འདྲ་མིན་ཉེར་ལེན་ས་ཡི་འོག་དུ་བདབ། །  
ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་མཁའ་ཡི་ཆར་གྱིས་བསྐྱུན། །སྤྱོད་མཁས་སྤྱི་གུ་རིམ་གྱིས་སྤྱིན་  
པ་ལས། །ཡལ་འདབ་ལོ་མ་མེད་ཀྱི་འབྲས་བུས་དུད། །སྤྱོད་བཅུད་སྤྱོད་མའི་རོལ་  
བ་རི་སྤྱད་པ། །མིང་དང་རྟོག་པས་ཡར་ལ་བདགས་མིན་པར། །ཡུལ་གྱི་རོས་  
ནས་ཚུར་ལ་བྱུང་ཉམས་ཅན། །འབྲུལ་བའི་སྒྲོ་ཡིས་བཞག་ཅམ་ཉིད་ལས་གང་། །  
རྒྱལ་བའི་དགོངས་བཅུད་ཟབ་མོ་དབྱ་མའི་རྒྱུང་། །རྟག་ཆད་མཐར་ལྷའི་བྱི་མས་  
འབགས་པ་ཀུན། །ལུང་རིགས་མོར་བྱ་གེ་དྲ་གས་སྤྱངས་ཏེ། །གསལ་དྲངས་  
རྟོག་མེད་རོལ་ངར་ནས་སྤྱོད་འགྱུར། །ཁེ་ཆོས་བྱ་བས་བཅེངས་པའི་མ་རིག་མདུད། །  
ཤེས་རབ་མཆོན་ཆ་འབར་བའི་འབྲུལ་འཁོར་གྱིས། །ནམ་པར་གཙོད་ལ་དཔའ་བའི་  
མ་བྱ་ཐོབ་སྟེ། །མཆན་འདྲིན་སྟོག་ཙུ་ཆོད་པ་ནམ་ཞིག་ཨང་། །སྤྱོད་དང་རྟོག་པས་  
རི་མ་རི་བཞིན་དུ། །བརྗོད་ཅིང་རྟོག་པའི་ཡུལ་ལས་རབ་འདས་པ། །དམ་པའི་  
དོན་གྱི་གཤིས་ལུགས་སྒྲིག་མེད་པ་བཞིན། །གསལ་རིག་མེ་ལོང་གཙང་མར་ནམ་  
ཤར་འགྱུར། །གཤིས་ལུགས་དབྱིངས་སུ་ཞུགས་པའི་ཤེས་རབ་མཆོན། །ངར་  
འདྲིན་དག་པོའི་སྤྱིང་ལ་བསྐྱུན་པ་ཡིས། །འབྲུལ་པའི་ཀུན་རྟོག་ཀུན་རྟོག་ལོ་ལང་  
བཅས། །རང་བཞིན་སྤོང་པའི་དབྱིངས་སུ་ནམ་འབྲོས་འགྱུར། །སྤྱི་ཡི་གཟུང་  
བ་ཡུལ་སྤང་སྒྲོས་པ་ཀུན། །ནང་གི་འདྲིན་པ་རྟོག་པའི་རང་མདངས་སུ། །ཤར་  
ཏེ་རང་བཞིན་རྒྱལ་ཅམ་མ་དམིགས་པའི། །སྤྱོད་བྲལ་གཤིས་ལུགས་ནམ་ཞིག་  
མདོན་དུ་འགྱུར། །སྤྱོད་མཁས་སྤང་བའི་རྒྱབས་འབྲེང་མ་ལུས་པ། །རང་བཞིན་  
སྤོང་པའི་རྒྱ་མཆོར་རོག་ཅིག་པའི། །ངར་ཚུལ་ཤེས་རབ་མིག་གིས་མདོན་སུམ་

དུ། །མཆོད་པའི་སྐལ་པ་བཟང་པོ་ནམ་ཞིག་ཨང་། །ཡིན་ལུགས་ལ་ཞུགས་  
མཉམ་བཞག་ནམ་མཁའི་དབྱིངས། །ལྟོས་མེད་ཚུགས་ཐུབ་མ་འཇམ་ཀུན་གཞིག་  
སྟེ། །རྗེས་ཐོབ་སྐྱུ་མའི་སྤང་པ་འགོག་མེད་དུ། །ཤར་བས་སྤངས་སྤངས་འབྱུལ་  
མེད་ནམ་བཞེན་འགྱུར། །ལྟོས་མེད་གང་ཤར་རོས་ལ་པར་བཞུས་པས། །ཚུགས་  
ཐུབ་བདེན་པས་སྤྲོད་པ་སྐྱུ་མའི་འབྱུལ། །སྤང་བཞིན་སྤྲོད་པས་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་  
མེད་པོ། །བལྟོས་པས་སྤྲོད་པར་རོ་འཕྲོད་ནམ་ཞིག་འགྱུར། །གནས་ལུགས་  
ནམ་མཁའ་ཡངས་པའི་རོས་ཉིད་དུ། །བཏགས་རོན་རིགས་པས་བཅའ་ན་སྤྲོད་  
སང་འཆར། །དམིགས་པའི་གཏད་མོ་གང་ཡིན་ཀུན་ཞིག་པས། །རྟག་ཆད་གཡང་  
ལ་ནམ་ང་མེད་ནམས་བསྐྱགས། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་རིགས་སྐྱགས་  
ཀྱིས། །མཚན་འདྲིན་གདོན་ཆེན་སྤྲོད་ནས་ཡུལ་སྤྲད་དེ། །ཡང་དག་ལྟ་བུའི་ཉི་  
མ་འོད་པོ་ཆེ། །སྤྲོད་གི་རོགས་སུ་འབར་བ་ནམ་ཞིག་ཞིག་ཨང་། །རྒྱ་རྒྱའི་མཁའ་  
ལ་ཀུན་རྟོག་ཆུ་འདྲིན་སྤྲོད། །ཡོང་ཡེ་སྤར་འབྱུང་མེད་པར་ཐིམ་པ་ལས། །འོད་  
གསལ་རིག་པའི་རྒྱལ་པོ་སྤང་བའི་མཛོད། །བདེ་སྤྲོད་འོད་ཀྱི་ཅེ་དགས་ནམ་འཆིང་  
འགྱུར། །སྤྲིབ་བུལ་མཁའ་ལ་འདྲའ་ཆོན་རི་མོ་ལྟར། །གང་སྤང་དག་པའི་རོལ་  
བར་འབྱམས་སྤངས་པའི། །གསང་གསུམ་མི་ཟད་འབྱུལ་གྱི་འཁོར་མོའི་མཛོད།  
ཡིད་ཀྱི་མཛེས་རྒྱན་དམ་པར་ནམ་འགོད་འགྱུར། །དབྱིངས་རིག་དབྱེར་མེད་ཐུག་  
རྒྱ་མཚོག་གི་གར། །སྤྲོད་དབུས་མི་ཤིགས་ཐིག་ལེའི་གྱུར་ཁང་དུ། །བསྐྱར་  
པའི་ཅེ་དག་འ་མཚོག་ལ་སྤྲོད་མཐའི་བར། །དབྱེས་དགྱར་རོལ་བའི་སྐལ་བས་  
མཆོད་ཀྱར་ཅིག །འདྲིར་འབད་དགེ་བའི་ཆུ་ཐིགས་ཤ་མོ་ནི། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་  
བའི་ཐུགས་བསྐྱེད་སྤང་ཆེན་དང་། །འདྲིས་རྟེ་བྱང་ཆེན་རྒྱ་མཚོར་གཞོལ་བ་ལས།  
རྒྱལ་ཆེན་བྱ་བའི་འདུ་འགོད་ཅེན་གྱར་ཅིག །ཅིས་མདོ་སྐྱབས་ཀྱི་བསྐྱན་པའི་སྤྲོད་པོ་ཡང་སྤྲོད་

ཅེན་སྒྲ་མ་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒོར།

དང་བཅས་པ་ཉམས་སྤྲུལ་པར་སྒྲིན་པའི་སེམས་ཀྱི་ཀུན་ཁ་བྱེ་བའི་རྒྱ་བའི་འདྲི་ཤིང་ཞེས་བྱ་བ་འདིན། འཕན་  
ཡུལ་རིག་པའི་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་འཛི། པ་ཚབ་དུ་སྤྱུ་འབྱུངས་པ། སྒོ་བ་དཔོན་སྤྱུ་སྤྱུ་བྱིད་གོངས་པ་ཕྱིན་ཅིང་ལོག་པ་  
དཔལ་ལྷན་རྒྱབས་བཀའ་བ་རྩུ། བོད་གངས་རྒྱུངས་སུ་སྤྲེལ་བར་དགོངས་ན། ས་མཆོན་པོལ་གནས་པའི་བྱང་རྩལ་སེམས་  
དཔལ་བསམ་བཞིན་དུ་སྤྱུ་བ་བཞེས་པ། ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་ཉི་མ་གྲགས་ཀྱི་སྤྱད་མར་གདུང་རིལ་པོར་བཞུགས་པའི་མཆོད་རྟེན་  
ཆེན་མོ་ལ་ཡུན་རིང་བོའི་བར་དུ་ཐུག་བརྟེན་གསེལ་བ་དང་བཞིན་སྤྲུལ་ས། རྩུགས་མེད་རྒྱལ་ཁབ་ས་རྒྱལ་བའི་མང་ཚོས་སྤོང་  
བ་བསྒྲིབ་ཟང་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱིན་གཙུག་ལ་གཙོས་ཀྱི་འདོད་འཛོར་འཕོད་པས། ཡིད་ཀྱི་འཆར་སྒོ་ཡི་གཤེད་རིས་སུ་ལབ་པའོ། །

༡༡། །མཐར་ལྷའི་གཡང་དུ་གོམ་འགྲོས་འཁྱོར་བའི་མི་བསྐྱུན་  
ཡིད་ཀྱི་སྒྲང་པོ་དབུ་མའི་གཞུང་ལས་དུ་བཀོལ་ན་སྤྲུལ་པའི་  
འཆར་སྒོ་བྱི་ཟའི་རྒྱད་དུ་བཀྲུག་པའི་  
རང་སྒྲ་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་མཆྱུ་སྒོ་ཁྱེ་ཡ། །ཟབ་མོ་ཉིན་འབྱུང་དབྱུངས་ཀྱི་ང་རོའི་སྒྲ་  
ཆེན་ཕྱོགས་སུ་བསྒྲགས་པ་ཡིས། །སྒྲ་ངན་སྒྲང་སྒྲོན་སྒོར་གི་སྒྲང་པ་ཅིག་ཆར་  
ཉིད་དུ་འགྲོམས་མཛད་ཅིང་། །ས་གསུམ་སྤལ་བཟང་གདུལ་བུའི་རི་སྒྲིས་ཆོགས་  
ནམས་མ་ལུས་དབུགས་འབྱིན་པ། །སྒྲ་བ་རྩ་མེད་རྒྱ་ཁུ་སེའི་ཞབས་ལ་འདུད་  
དོད་གེ་ལེགས་སྒྲོལ། །ལྷ་སྤུང་ཆོགས་པའི་མཐོ་ཡོར་ལ་ནི་མིའོ་ཞེས་སུ་ཞེན་གྱུར་  
ཅིང་། །ཀུན་དགྲིས་དུག་ཆང་བག་མེད་ཉིད་དུ་ཆེས་ཆེར་བདུང་བས་ཕྱོས་གྱུར་  
པ། །བྱུ་བའི་གོམ་འགྲོས་གཡང་ཁར་འཁྱོར་ཉི་འཁོར་བའི་གཙོང་རོང་ཟབ་མོར་  
སྤྱང་། །གདུང་བའི་ཆོ་ངེ་གསང་མཐོར་འདེགས་ལ་རྒྱལ་ནམས་ཐུགས་རྗེའི་སྤྱན་  
རས་གཡོས། །གང་ཡང་འདི་ན་སྤྱུག་དང་མི་སྤྱུག་ཡུལ་སྤྱང་བཀའ་བའི་ལྷད་མོ་



འདི། །དངོས་པོར་འདིན་པའི་གཉིད་ཀྱིས་ནོན་པའི་མི་ལས་གསལ་བར་རྒྱུ་ས་པ་  
བཞིན། །སྤང་གནས་མཐུན་མིན་སྤོང་ལྷགས་བཅའ་ན་སྤོང་བའི་དབྱིངས་སུ་འབྲོས་  
འགྱུར་བ། །མེད་བཞིན་སྤང་བའི་བདགས་ཡོད་ཅམ་ལ་བྱ་བྱེད་ཆད་མས་འཛོག་  
ནམས་བསྐྱུགས། །ཆོགས་དྲུག་སྤང་བ་ཡིངས་པོ་འདི་ནི་མ་བདག་ཉམས་དགར་  
བཀྲག་འབར་ཡང་། །དེ་དེའི་རང་བཞིན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེས་འཛོལ་བ་ལ་ཞུགས་  
གཞིག་པ་ན། །ཆ་ཤས་གདགས་གཞི་རེ་རེ་དང་ནི་ཆོགས་ལས་ཀྱང་མིན་ནམ་མཁའི་  
དབྱིངས། །ཀུན་རྫོབ་རྒྱ་འབྱས་མ་འབྱས་བཀྲ་བ་འཇའ་ཆོན་བཞིན་དུ་ནམ་པར་བཀྲ།  
བརྟེན་ནས་བདགས་པའི་བདགས་ཡོད་ཀྱིས་ནི་ཡོད་པའི་མཐའ་ནི་ནམ་པར་བསལ།  
བདེན་པའི་གཤིས་སུ་བྱུང་བ་མ་ཕྱོད་བས་མེད་པའི་མཐའ་ལས་ནམ་པར་ཁྲོལ། །མཐའ་  
བྲལ་དབྱིངས་སུ་རིག་པ་ཞུགས་པའི་ནལ་འབྱོར་མཆོག་གིས་ངར་འདིན་གདོན།  
དྲུངས་ནས་འབྱིན་པའི་དཔའ་རྩལ་སྒྲོས་དང་གདུལ་དཀའ་འདུལ་པོ་དེ་ནི་དལགས།  
རང་བཞིན་བཅོས་པའི་ཐོགས་རེག་བྲལ་ཞིང་གཡོ་མེད་ལས་འདས་ནམ་མཁའི་  
དབྱིངས། །འཁོར་འདས་ཅིར་ཡང་བརྟུ་བའི་ཡ་མཆོན་འགོག་པ་མེད་པ་འཇའ་ཆོན་  
རིས། །གཟུང་དུ་མེད་ཅིང་སྤང་བ་བཀྲག་འདི་བདེན་བདེན་འདྲ་ཡང་བདེན་པས་  
སྤོང་། །རྩུན་རྩུན་སྒྲུ་མའི་རོལ་པ་ཅམ་ལས་གཞན་དུ་འཆིང་དང་ཁྲོལ་བ་ཅི། །ཆོས་  
ཀྱི་དབྱིངས་སུ་བདར་བ་ཤེས་རབ་རལ་གྱི་འབར་བའི་མཆོན་ཆ་ཡིས། །ཐོག་མ་  
མེད་ནས་བནགས་དཀའི་སྒྲུག་བསྐལ་དཀའི་རྩུབ་ལ་སྤྱོད་བྱེད་པ། །ཕན་པའི་  
ཐོལ་གྱིས་གནོད་པའི་ཕུལ་སྟེར་ངར་འདིན་སྟེན་སྟེན་དྲུངས་མའི་དབྱའི། །སྟིང་  
ལ་བསྐྱུན་པའི་དཔའ་པོ་མཆོག་གི་བྲལ་དུ་ནམ་ཞིག་སྟེགས་པར་འགྱུར། །མིད་  
གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་སྒྲུ་མའི་ཕུན་ཆོགས་སྟོག་གི་གར་ལ་མ་ཆགས་ཤིང་། །ཐར་  
པ་དམ་པའི་བདེ་དགའ་མཆོག་ནི་དོན་དུ་གཉེར་བས་མི་ངལ་བ། །རྩལ་བྱིམས་

ཉིང་འཛིན་གེས་རབ་བསྐྱབ་པ་རྒྱ་འབྲས་དང་བཅས་ཐེས་པའི་སྐྱེས། །བཟོད་ལ་  
 རྒྱུན་པའི་གོ་མ་པའི་འདེགས་འཛོག་བང་ཙམ་འབྲན་པ་ནམ་ཞིག་ཨང་། །དེས་  
 པ་སྒོང་བའི་དབྱིངས་སུ་ལེགས་ཞུགས་གཟུང་ནམ་ལྟ་སྐྱར་འབར་བ་ཡིས། །ནལ་  
 འཁྱོར་མཚོག་ལ་ཉིན་མཚན་ཁོར་ཡུག་གཞོལ་བའི་དཔལ་གྱི་གདངས་ཐོབ་ནས། །བདེ་  
 སྒོང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེ་འབར་བའི་རྣོང་ར་གྱིས། །ཀུན་རྟོག་ལས་  
 རྒྱང་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་དམ་པར་ནམ་རེག་འཁུར། །འདྲིར་འབད་  
 ལེགས་བྱས་དགེ་བའི་སྤང་བོ་དྲུང་དང་ཀུན་ཏུ་ལྷར་དཀར་བས། །ནམ་མཁའི་མཐས་  
 གདུགས་འཕོ་བ་ཀུན་གྱི་རེ་འདོད་མ་ལུས་ཡོངས་སྒོར་ཞིང་། །བསྐྱན་པའི་ཡང་  
 སྤིང་རྒྱ་ཡི་གདོར་ཆེན་དགག་སྐྱབ་རིགས་པའི་རྒྱབས་སྤང་ཅན། །སྐྱེ་སྐྱེ་གདོངས་  
 ཅན་བྱེ་བའི་ཉིར་འཛོར་ཉམས་མེད་ཕྱིར་ཞིང་འཕེལ་གྱུར་ཅིག །རྒྱལ་བསྐྱན་སྐྱེད་  
 ཆལ་ཁོར་རྩ་ཡུག་དུ་སྒོ་གོས་གྱི། །གཤོག་རྒྱབས་ནམ་པར་བསྐྱོད་པའི་སྐལ་བཟང་  
 ལས་གྱིས་བྱིན། །ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་སྤྱང་ཅིའི་ཐིག་ལེ་དགའ་སྟོན་ལ། །མཚོ་བྱང་  
 བྱིན་ཞུགས་གསལ་རིག་བྱང་བས་བྱངས་སོ་ལོ། །ཞེས་མཐར་ལྷའི་གཡང་དུ་གོམ་འཁྱོས་འཁྱོར་  
 བའི་མི་བསྐྱན་ཡིད་ཀྱིས་ཤོད་བྱུང་འེག་ལུང་ལམ་དུ་བཀོལ་ན་སྐུ་པའི་འཆར་སྤོང་ཟེ་རྒྱ་དུ་བཀུག་པའི་རང་སྐྱེ་ཞེས་  
 བྱུང་འདྲི་རྟོགས་མེད་རྒྱལ་ཁམས་འགྲིམ་པའི་མང་མོས་སྒོར་བཟོད་པར་རྒྱ་ཆེ་སྤྱིན་ཞེས་བྱུངས་གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་བྱང་  
 རྒྱུ་མེས་དཔལ་ལོ་ཆེའི་རིང་སྤལ་གྱི་མཚོད་རྟེན་བཞུགས་པའི་གནས་ཁར་འབྱུང་པར་སྒོར་བཟོད་སྐལ་སྟོན་འདུན་  
 རྒྱགས་དག་བསྐྱེད་པའོ། །

༡༡། །རང་ཉིད་དགེ་བར་བསྐྱེད་པའི་གདམ་ཚོགས་མགུར་མ་  
འགའ་ཞིག་ཚོགས་སུ་བཞུགས་པ་དང་ས་སེམས་ཀྱི་རང་  
མདངས་སྒྲ་ཚོགས་བཟང་བའི་སྒྲོས་གར་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གུ་རུ་ལྷ་རྩ་ལོ་གེ་གུ་རུ་ཡ། མདོ་སྐགས་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་གསེར་  
འཁོར་ཅི་བས་སྒྲོང་གིས། ཐུབ་བསྟན་གླིང་བཞི་ཡི་ཁྱོན་ལ་དབང་བསྐྱུར་བ། །ཞང་  
སྒྲོན་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་ཞབས་སེན་འོད་དམར་འབྲང་། །ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རུ་དུས་ཀྱན་  
ཅིན་པར་མཛོད། །སེམས་ཉིད་དུལ་དཀར་གྱི་མེ་ལོང་ཡངས་པོ་རུ། །དགའ་  
སྐྱུག་འགུར་བ་ཡི་རི་མོ་ཆེས་མང་བ། །ཀྱན་རྟོག་པོར་ཐོགས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཚོན་  
མདངས་བཞིན། །སྒྲ་ཚོགས་ངལ་མེད་དུ་འབྱི་བའི་ངང་རྩལ་སྟོས། །འཁོར་  
བའི་ནགས་སྒྲོངས་སུ་སྒྲེས་པའི་ཤིང་ལོ་འགའ། །ལས་རྒྱུད་སྒྱི་བསེར་གྱི་ལྷགས་  
པས་བསྐྱེད་བ་ན། །སྐབས་འགར་བར་སྒྲུང་གི་ཁམས་ན་འཕྱར་མ་མྱོང་། །པལ་  
ཆེར་འདམ་རྒྱུ་གི་ས་ལ་མདོན་པར་ཆགས། །མི་ཁོམ་གནས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྐག་རུམ་  
སྟན་པའི་སྒྲོང་། །དལ་བརྒྱུད་འཁོར་བཅུ་ཡི་སྒྲོག་འོད་ཐངས་གཅིག་འཁྲུག་ །སྐར་  
ཡང་རན་སོང་གི་སྟན་པའི་སྒྲོང་འཁོར་དུ། །རྒྱུད་པའི་ངང་རྩལ་འདི་བསམ་གྱིན་  
སྒྲིང་རྒྱུང་མྱོང་། །མི་རྟག་དཀྱིལ་ཡི་ལྷག་གིས་ཉིར་བསྐྱེད་ཏེ། །སེམས་རྟ་ཅང་  
ཤེས་ཀྱི་ཁ་ལོ་ཚས་ཚོགས་སུ། །བསྐྱུར་ནས་ནམ་དཀར་གྱི་ཐང་ལ་གཅིག་རྒྱགས་  
ཀྱིས། །ཐར་བའི་སྐྱམ་ས་རུ་ཡུད་ཀྱིས་ནམ་ཞིག་བྱིན། །སྒྲ་ཚོགས་སྒྲོས་པ་ཡི་  
སྒྲིན་མྱོང་རོལ་བ་འདི། །རྟོགས་ལ་རིག་ཤེས་ཀྱི་འཛུབ་རྒྱུང་འཕྱལ་འཁོར་གྱིས།།

དོན་དམ་ཚེས་དབྱིངས་གྱི་མཁའ་ལ་སྒོར་བ་ཡི། །སེམས་ཉིད་གསལ་སྒོར་གི་  
 རང་གཤིས་ནམ་མཐོང་འགྱུར། །གཞན་པན་ལྷག་བསམ་གྱི་པད་ཚལ་ཉམས་བྱེད་  
 པའི། །རང་ཉིད་གཅིས་འཛིན་གྱི་བ་མེད་རིག་བྱ་འདི། །གཏོང་ལེན་འཕུལ་འདེགས་  
 གྱི་འོད་སྒོར་ཟེར་བྱེད་གིས། །ཆེག་མེད་གཞིལ་བ་ཡི་དགའ་སྒོན་ནམ་མཚོར་འགྱུར། །  
 བདེ་སྐྱབ་བར་མ་ཡི་ཐང་དཀྱིལ་ཡངས་པོ་རུ། །འདོད་སྤང་མོངས་གསུམ་དུ་སྒོས་  
 གར་བསྐྱར་བ་ཡི། །གསལ་དྲངས་རང་སེམས་གྱི་ནམ་འགྱུར་སྒྲོལ་གསུམ། །སྒོན་  
 པས་དུབ་བ་ཡི་ངལ་གསོ་ནམ་ཐོབ་འགྱུར། །མང་ཐོས་སྤྱང་ཀང་གིས་སྤྱོས་པའི་  
 དར་དིར་སྒྲ། །འབྲུལ་པའི་ཀུན་རྟོག་བཞིན་འདི་ན་དབྱངས་སུ་གྱེར། །སྐྱུ་ལུས་  
 ལུང་པོ་ཡི་མེ་ཉོག་ཆེར་རྒྱུང་བས། །གསལ་རིག་རང་སེམས་གྱི་བྱང་བ་འཕྲུང་  
 ལ་ཉི། །ཡང་གཅིག་རང་ཉིད་གྱི་སྒྲོན་ཡོན་ལེགས་བཞག་ནས། །གཞན་དག་  
 ཅི་བྱ་ཡི་ངང་རྩལ་རྟོག་ལ་ཞུགས། །དམ་པའི་ལེགས་མཛད་གྱིས་ཡི་རང་སྤྱིང་  
 ལ་བསྐྱུན། །གཞན་དག་བྱ་སྒྲོད་གྱིས་གད་མོ་ཁོང་ནས་སྒོར། །མཁས་འགའ་  
 གཞུང་ལུགས་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་རུ། །ནམ་དཔྱོད་སྒོ་ཁྲོས་གྱི་བྱ་རྒྱུང་ལེགས་བཅུགས་  
 ཉི། །གུས་རྟག་བཙོན་བ་ཡི་དར་པོ་ཆེ་འཕྱར་ནས། །དཔོངས་དོན་ཡིད་བཞིན་  
 གྱི་ཚོར་བྱ་བྱངས་པས་ཆོས། །གཞན་དག་བཀའ་པོད་གྱི་མཚོ་འགྲམ་བྱེ་ཐང་དུ། །  
 དཔོངས་དོན་ལོག་བ་ཡི་མཆིང་བུའི་རོ་བ་དག །རྩིད་ནས་འཆད་ཅོམ་གྱི་ཚོར་དུ་  
 ལེགས་བཀྲམ་སྟེ། །དེད་དཔོན་མཁས་པ་ཚོའི་བཞིན་འཇུག་སྒོར་བས་བྲེལ། །ཀུན་  
 ཀྱང་རང་སོ་རུ་མི་གནས་གཡོ་བའི་གཤིས། །སྒོག་གི་གར་མཁན་གྱི་རྗེས་སུ་སྐྱེགས་  
 པ་ཡང་། །རྟག་བརྟན་ཐེར་རྩལ་དུ་ཞེན་པའི་སྒོར་ན་འདིས། །ཆགས་སྤང་ཀུན་  
 རྟོག་གི་འབྲུལ་འཁོར་ཅི་ཡང་སྟེལ། །གངས་མེད་བསྐལ་བ་ཡི་བཟོད་དགོས་བཅུལ་  
 ལམ་རིང་། །སྐྱིགས་དུས་ཆེ་བྱང་ལ་ཡུད་གྱིས་ཕྱིན་བྱེད་པའི། །ཐབས་ལམ་རོ་

ཅོ་མེ་ཐུ་མ་ཐོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒོར།

རྒྱལ་ཡོང་ཕྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་ལྟུང་ལས་གར། ཁྱེ་མི་རྒྱུང་འདུག་གི་ས་ལ་ནམ་ཞིག་བསྐྱར།  
ཕྱོད་བྱས་ནམ་དཀར་གྱི་རྒྱུང་རྒྱན་རི་ཕྱིད་ཀྱན། རོན་མེད་བྱེ་ཐང་གི་སྐྱབས་སུ་  
མི་ལྷུང་པར། བྱང་ཆེན་རྒྱ་མཚོ་རུ་སྐྱར་བསྐྱར་བཞེད་དེ། འཕྲིན་ལས་རྒྱུ་  
སྤང་གི་ཅེ་དགས་རོལ་གྱུར་ཅིག ཅིས་རང་ཉིད་དགེ་བར་བསྐྱེལ་བའི་གདམ་གསལ་དྲངས་སེམས་གྱི་  
རང་གཞགས་ཀྱི་ཐུལ་དགགི་འཕྲིན་ལས་པའི་ཚོན་མདངས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་མང་མོས་སྐྱབས་ལ་གཤེལ་བསྐྱབས་རྒྱ་མཚོ་  
རྒྱན་གཉེན་ལ་གཞོས་གྱི་འདོད་འཛོར་འཕྲོད་པས། ཆོས་གུ་ཆེན་པོ་དགགིས་རྒྱུ་པོ་དཔལ་གྱི་སྒྲིལ་ཕྱགས་ཐམས་ཅད་ལས་  
ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱིར་གི་གར་འདུག་ལྟུང་ལས་བཅེགས་པའི་གྱུར་ཁང་དུ་སྒྲོན་འདུན་ཕྱགས་དག་བསྐྱེད་དེ་སྤེལ་བའོ། །

༡༡། རྟག་འཛིན་གདོན་གྱིས་གཅོས་བའི་སྤྱན་པའི་སྐྱག་རུམ་དུ་  
ཐང་གཅིག་འཆི་བ་དན་པའི་སྒྲོག་གི་གར་ལམན་  
གཡོ་བའི་སྤངས་སྐྱབས་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་ཞུ་ལོ་གེ་བུ་རྒྱ་ཡ། དཔལ་གསང་གསུམ་སྐྱུ་མའི་འཕྱལ་  
འཁོར་གྱིས། ཞིང་ལམའ་བྲུབ་འགྲོ་བའི་རེ་སྒོར་བ། ཤ་བཞད་པའི་རྩ་རྒྱུ་  
ཞབས་མེན་ནོར། ཡོངས་དགོས་འདོད་ཀྱན་འཕྱུང་སྤྱིང་གར་བསྐྱེན། དུས་  
རྟག་པར་སེམས་གྱི་རི་རྒྱུང་ཀྱན། གདོན་རྟག་འཛིན་སྤྱན་པས་མཚན་གྱུར་གྱང་།  
ཁྱེན་སྐྱ་ཆོགས་ཆ་གང་འབྲུགས་པ་ཡིས། སེམས་འཕྱུར་བའི་སྒྲོག་སྤང་འདི་ལྟར་  
གཡོ། སྤང་གཡུ་ལོ་རྒྱས་པའི་དགའ་ཆལ་དུ། མདོག་དབྱིབས་ལེགས་མི་  
ནོག་མགོ་ལྷོག་ལྷེམ། ཉིན་མཚན་མའི་ཆ་གང་རེས་མྱོང་སྟེ། ཞག་རེ་རེ་བཞིན་  
དུ་གཟི་མདངས་ཉམས། ཁྱེན་འདིས་གྱང་སྐྱུ་ལུས་བཟེ་རེ་ཅན། རན་འཕྱུང་  
མོས་རྟག་འཆི་ཡིད་བཟན་བྲལ། རོན་དེ་སྤྱིར་ཆེ་འདིའི་གཉེན་གྱིས་ཅི། གཉེན་

བསྐྱེད་ལྟ་ལ་རེ་སྟོན་འཆའ། རྟོན་མ་མཁའི་དབྱིངས་ནས་སྟོ་སྒྲིན་བཏོན། རྟོགས་  
མི་བཏན་ལང་ལོང་གཡོ་བ་ཅན། སྤྱང་ཆར་བའི་ཐིགས་པ་འབེབས་ཅོས་པ། རྟུང་  
འཆུབས་མས་གཏོར་ཏེ་དབྱིངས་སུ་ཡལ། རྟིན་འདིས་ཀྱང་འབྱུང་ལུས་གཡོ་  
བ་ཅན། རྟུང་ཆ་གང་འཐབ་པས་སྤྱར་འཛིག་སྟུམ། རྟོན་དེ་སྤྱིར་ཆོ་འདིའི་གྲོགས་  
གྱིས་ཅི། རྟོགས་གཏད་ཐུབ་ནས་དཀར་ལས་ལ་རེ། ལ་དོག་མེའི་ནགས་གྱི་  
ཆང་ཆིང་དུ། རྟུང་གཡུ་ལོ་རྒྱས་པའི་བཟའ་ཤིང་ཅེར། ཟས་ཞིམ་མངར་ཅན་  
གྱི་འབྲས་བུ་སྒྲིན། རྟོ་སྒྲིན་ཞིང་མི་སྟོད་ས་ལ་འབྱལ། རྟིན་འདིས་ཀྱང་ལས་  
གྱིས་སྒྲིས་སོ་ཅོག མཐར་འཁོབས་སྤྱད་པའི་ངང་ཚུལ་དམ། རྟོན་དེ་སྤྱིར་ཆོ་  
འདིའི་ཁོར་གྱིས་ཅི། རྟོར་འཛད་མེད་ཐོས་པ་སྤྱིང་ལ་གསོག ཤར་ས་འཛིན་  
སྟོ་མཐོའི་དབྱ་ཅེ་ནས། ཤཟི་བཤུག་འབར་ནི་དཀྱིལ་དགུང་ལ་ཤར། རྟོ་སྤྱང་  
ཅིག་ངལ་གསོ་མེད་པར་ནི། རྟུབ་རི་བོའི་ཅེ་མོར་རིང་པར་ཆས། རྟིན་འདིས་  
ཀྱང་སྒྲིས་པའི་ནིན་མོ་ནས། མཐར་འཁོབར་སྟོགས་སྟུམ་སྟོ་མ་བདེ། རྟོན་དེ་  
སྤྱིར་ཆོ་འདིའི་དཔོན་གྱིས་ཅི། དཔོན་བཅེ་སྟན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་བྲིམས་བཅི། བྱང་  
རྩ་རི་སྐྱག་པོའི་མགུལ་བ་ནས། ཆབ་གཅིང་མའི་ཕུད་གྱི་རྒྱན་བཟང་བཏོན། རྟོ་  
གཉེར་མ་གཅིག་རྗེས་གཅིག་འབྲང་སྟེ། རྟོ་རྒྱ་མཚོའི་སྟོང་དུ་དལ་གྱིས་འབབ།  
རྟིན་འདིས་ཀྱང་གསོན་དབུགས་གཅིག་རྗེས་སུ། ཤཟིག་སྟེགས་པས་འཛད་སྟུམ་  
སྟོ་མ་བདེ། རྟོན་དེ་སྤྱིར་ཆོ་འདིའི་གཡོག་གིས་ཅི། ཤཟིག་ཆོགས་ཡང་དང་  
བཙོན་ཤེས་རབ་བསྟེན། དུས་སྟོན་མཇུག་བྱང་བའི་ན་ཆུང་མས། རྟེའི་དབང་  
པོ་དལ་བའི་གོ་སྐབས་འཕྲོག རྟེས་དགུན་ཟླ་དུས་གྱིས་གདུགས་པ་ན། རྟོ་  
གར་སོང་ཆ་མེད་ནི་དུ་ཐལ། རྟིན་འདིས་ཀྱང་མགྲིན་པའི་ཕི་ཐང་གི རྟུང་  
ཆད་ལ་ཁད་སྟུམ་སྟོ་མ་བདེ། རྟོན་དེ་སྤྱིར་ཆོ་འདིའི་མིང་གིས་ཅི། མིང་མཁའ་

ཁྱབ་ཞིང་དུ་ཨི་གཤས་བལྟ། །དབྱར་གཡུ་འབྲུག་སྡོན་མོས་སྤྱོད་གཞགས་བསྐྱོད། །  
མཐོ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ནས་སྒྲོད་གསང་ཤིང་། །ཐོག་སེར་བ་འབབས་ཚོམ་འཛིགས་  
བསྐྱོད་མོད། །དགུན་གར་སོང་གར་ཡོད་ཆ་མ་མཆིས། །རྒྱན་འདིས་ཀྱང་མི་  
ཀྱན་རང་ཚོད་ཀྱིས། །དབང་ཤེད་མོས་འགྲན་བཞིན་འཆི་བར་མཐོང་། །དོན་དེ་  
ཐྱིར་ཆེ་འདིའི་ཆེ་མཐོས་ཅི། །མཐོ་མཐར་བྱུག་རྒྱལ་ས་ཨི་ཐེན་བལྟ། །སྤར་ཡུན་  
འགྲོགས་འདིས་པ་ནང་མའི་གས། །དིན་འཁོར་མེད་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱུངས་པ་འགའ། །  
ནོར་ཐུན་ཆེགས་འབྱུང་བའི་དོར་ཕྱོགས་ཏེ། །རྩར་ལོག་སྤྱབ་ཅི་འཁྱོལ་བྱས་པས་  
འབྱུས། །རྒྱན་འདིས་ཀྱང་ཡུན་རིང་འགྲོགས་པ་ཡི། །སེམས་ལུས་དང་མཛའ་  
གཙུགས་ཉམས་ཀྱིས་དོགས། །དོན་དེ་ཐྱིར་ཆེ་འདིའི་མཛའ་བས་ཅི། །མཛའ་  
ཉམས་མེད་གཙུག་རྒྱུད་དང་འདིས་བྱ། །དུས་ད་ནངས་ཡུན་རིང་འདུག་ཅིས་ཀྱིས། །  
སྤོས་སྤྱོད་ཆོགས་འདི་སྤར་བྱེད་མོད་ཀྱང་། །ད་གནམ་གདོན་ཐོག་པས་གུམ་མོ་ཞེས། །  
ཆས་འཚོང་དུ་བཀའ་པ་མང་ཞིག་མཐོང་། །རྒྱན་འདིས་ཀྱང་དོ་རྒྱབ་མི་འཆི་བའི། །  
གདོང་མེད་པ་རང་ཚོད་རང་གིས་ཐིག །དོན་དེ་ཐྱིར་སང་གི་བྱ་བས་ཅི། །སང་  
དཔྱལ་ཁམས་འགྲིམས་ན་ཨ་ཙ་མ། །གནས་འཁོར་བ་དྲི་ཐའི་གྲོང་བྱིར་དུ། །མ་  
སྤྱོད་མའི་སྤྱོད་བྱས་དག་ཤིག་འབྲས། །གཉིད་འབྲལ་བའི་མི་ལམ་ཇི་བཞིན་དུ། །  
དོན་མི་བདེ་བདེན་པའི་ཚུལ་དུ་སྤྱོད་། །སེམས་རང་བྱུང་རིག་པའི་བྱིབ་རྒྱུད་། །ཡུལ་  
ཆོས་དབྱིངས་སྤོང་ཉིད་མཛོས་མ་དང་། །སྤར་འདུ་འབྲལ་མེད་པའི་གྲོགས་ལྷུར་  
ཏེ། །གཏན་དགའ་བདེས་འཆོ་བ་ནམ་ཞིག་ཨང་། །སྤོང་གཅིག་ཆོས་ལ་ཕྱོགས་  
པ་ཡི། །རྒྱལ་བཟང་པོ་འདི་ཡི་རྒྱན་སྤྲིངས་ནས། །འབྲལ་འདི་སྤར་རྒྱ་ལས་སྤུར་  
སྤོལ་ཏེ། །སྤར་སྤྱོད་པའི་མཚོ་ཆེན་སྤེམས་ལྷུར་ཅིག །ཅེས་ཏེ་གདོན་གྱིས་གཅོས་  
པའི་རྒྱན་པའི་སྤྱུག་རུ་བྱུང་གཅིག་འཆི་བ་དོན་པའི་སྤོང་གི་གར་མ་འན་གཡོ་བའི་སྤངས་སྤངས་ཞེས་པ་འདི་ནི་རྒྱན་སྤྱོད་

ཅ་ན་མ་མ་མོ་བཟང་ཀྱ་མཆོའི་གསུང་ལས་ལྟ་མགུར་གྱི་སྒྲིང་།

ཆོག་གིས་ཉི་ཤར་བསྐྱུ་ཤེ་ཤོང་གི་ཆོའི་གསུ་སྒྲིས་པའི་རྟོག་གེར་ཞེན་པ་སྤྱོད་ཟང་ཀྱ་མཆོ་སྒྲིན་གཙུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་འདོད་  
འཇོར་འཕོད་པས། ཆོས་གྲུ་ཆེན་པོ་བཀྲ་ཤིས་འབྱེལ་གྱི་གར་འདུག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིད་ཆལ་ལྟའི་གལ་ཡི་ཤིའི་མེད་གཞན་པར་བཀྲ་  
པའི་མྱོང་ཁང་དུ་ཤར་མར་སྒྲིལ་བའོ། །

༡༡། །རང་ལ་ཕན་པར་སྨྲ་བའི་གདམ་སེམས་ཀྱི་ཅང་ཤེས་ལེ་  
ལོའི་གོ་མ་འགྲོས་ལས་དགེ་བའི་ལམ་དུ་གཙུན་པའི་  
བསྐྱེལ་ལྷག་ཅེས་བྲུ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་ལྷ་རུ་ལོ་གེ་བྲུ་རྩ་ལ། བཀའ་མདོ་རྒྱུད་མ་ལུས་གདམས་ངག་  
དུ། །ཆོག་གཅིག་གི་སྤྱིང་ནས་རོ་སྤོད་པའི། །མ་ཁང་སྟོན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་  
ཡིས། །འབངས་འཁོས་མེད་སྟོ་སྟོ་ཆོས་ལ་རྫོངས། །གཞུང་ཟབ་མོའི་དགོངས་  
དོན་མི་འཆོལ་བར། །ཆོག་ཐལ་ཕྱིར་བསྒྲིགས་པའི་རྟོག་གེ་བས། །ཆོག་ས་དཀའ་  
བས་འབད་པ་འབྲས་མེད་མོང་། །ད་འབྲས་ཡོད་བྲུ་ཕྱིར་བསྐྱེལ་མ་འདེབས། །སྟོན་  
བསོད་ནམས་བརྒྱ་ཡིས་ལེགས་བསྐྱུན་པའི། །རྟིན་རྟིད་པར་དཀའ་བའི་མི་ལུས་  
འདིས། །ཕྱགས་གདན་གྱི་དོན་གོ་མི་སྦྱབ་པར། །ད་དོན་མེད་གཏོང་བར་མི་  
འཇོག་སམ། །སྤྱིར་འདུས་བྱས་ཆོས་ལ་མི་འཇིག་གང་། །སྟོས་ད་ལྟའི་ཆོ་ཆད་  
འགའ་བའི་སྟེ། །དེང་ཆོ་ཆད་ཐུབ་པའང་རེས་འགའ་ཅས། །འབྲལ་ནས་  
པའིང་བྱེད་པ་སྟོང་ཁོ་མས། །དེང་ཆོ་ལོ་བཞི་བཅུ་ཁར་ལ་དུས། །ལོ་བཅུ་  
ལྷག་གསུམ་དང་ཕྱིར་ནི་བལ། །ད་རིས་ནས་རི་ཅམ་འདུག་པ་སོམས། །སྟོ་ཕྱི་  
རིས་ཆེ་བ་མ་འབྲལ་ལས། །སྟོན་སྒྲིས་པའི་རྒྱབ་ལོ་ནས་བཟུང་སྟེ། །མཐར་  
འཆི་བའི་ཕྱོགས་ལ་གོ་མ་པ་ཆས། །དུས་སྐད་ཅིག་ངལ་གསོ་མེད་འགྲོ་བ། །ཁྱོད་



ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་མ་ཤེས་སམ། །བར་སྤྱར་བའི་འཆི་བདག་བསུ་མ་ཡང་། །དུས་  
ཡུད་ཙམ་མི་སྟོད་འོངས་ལགས་ན། །ཁྱོད་མིག་རྒྱང་ཅན་གྱི་སྒྲོ་མཛེངས་པོ། །དོན་  
འདི་ལ་ཚོན་ཞིག་མི་དགོས་སམ། །ཉིན་གཅིག་ལ་ཉི་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་སོགས། །དབུགས་  
རྒྱ་བའི་གྲངས་ཚད་སྤྱ་བཞིན་དུ། །ཆེ་ལོ་དང་དེ་ཟླ་དེ་ཉིན་དང་། །ཉིན་དུགས་  
གྱིས་ཟད་པ་མ་ཚར་རམ། །རྩལ་དེ་ལྷར་ཟད་ཅིང་འགྲོ་བ་ལ། །རྒྱུན་གང་གིས་  
སྟོག་པར་མི་རུས་ན། །དམའ་འཆོ་སྟོང་མཐོན་པོའི་ངོ་འཛིན་དང་། །མིང་སྟུན་  
གཤགས་བསྐྱབ་པ་ཁྱོད་ཁོས་མམ། །རང་སེམས་རྒྱད་གྲོང་པོར་ལུས་བཞིན་དུ། །འཁོར་  
དགོ་སྤྱག་སྟོང་བ་ངལ་བའི་ལས། །དོན་དེ་ཕྱིར་རང་སེམས་མ་བདུལ་བར། །གཞན་  
འདུལ་བའི་གཤོམས་རས་དགོས་ཡོད་དམ། །སྦྱིར་འཁོར་བ་ཟེར་བའི་བཙོན་རར་  
རྩད། །སྒོས་ངན་འགྲོའི་འོབས་ཀྱི་གཡང་ཁར་སྒྲིབ། །དུས་ད་ལྟ་ཕྱོས་ན་ཐར་  
སྦྱིད་པས། །སོས་དལ་བར་འདུག་པ་མ་འབྲུལ་ལས། །ལྷགས་འབར་བའི་ས་  
གཞི་ལེབ་མོའི་སྟོང་། །ལུས་འགྲེ་སྟོག་བྱེད་ཅིང་ཆོ་ངོ་འདེབས། །སེམས་འགྲོད་  
པའི་མེ་ཡིས་སྟེག་གྲུར་གྱང་། །དེ་ཕྱིས་པས་སྤྱག་གྲོང་མ་ཡིན་ནམ། །སྟོན་ལ་  
མཐའ་གདུགས་པ་མེད་པ་ནས། །མར་ངན་སོང་གནས་སུ་གདན་ཡུལ་བྱས། །དུས་  
ད་ལྟ་གཅིག་ཕུ་སྟེས་དབང་གིས། །སྦྱབས་ཆོས་དང་མཛལ་བ་ངོ་ཤེས་སམ། །སྟོང་  
ལྟ་ཡུལ་བདུད་ཅིའི་ཟས་ལ་སྟོད། །འོག་དཔུལ་བར་ཁོ་རྒྱ་ཁོལ་མ་འཐུང་། །དོན་  
རང་དགར་དེ་ལྷར་མི་འབྱུང་བས། །ལས་དཀར་ནག་རྩས་མཐུར་མི་དཔོག་གས། །  
བར་ཡུལ་ཁམས་འདི་ན་འང་འགྲོ་བའི་རིས། །དབང་ཆེ་རྒྱང་བཟང་ངན་སྤྱོད་གས་  
འདི། །སྟོན་རང་གིས་བསགས་པའི་ལས་སྒྲུལ་ལ། །དུས་ད་ལྟ་སྟོད་པ་མ་ལགས་  
སམ། །དེང་སྒྲང་དོར་སྤང་བ་གསལ་དུས་འདིར། །ཤེས་བཞིན་དུ་སྤང་སྒྲང་མི་  
བྱེད་ན། །ཕྱིས་ངན་སོང་གནས་སུ་མི་བཟད་པའི། །སྤྱག་བསུལ་བས་གཟེར་ཆོ་

ཡོང་ཡོད་དམ། །ཡོངས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་པའི། །ལུས་མི་གཙང་  
 ཟག་བཅས་ཕྱང་པོ་ཁྱུང་། །སྤྱོད་ཡན་ལ་འཁུར་བ་དེ་ཀམ་ཚེག་ །ད་ཨ་ཐང་ཆད་  
 པ་མི་འདྲ་འཕམ། །མོངས་ཀྱན་ལ་སྤྱོད་པའི་ཉོན་མོངས་པ། །དུས་རྒྱན་ཆགས་  
 གནོད་པའི་བགའས་གྱི་གཙོ། །གདོན་རང་གི་སྤྱིང་ལ་བཅུག་བྱས་ནས། །ཕྱིའི་  
 གདོན་ལ་ཐོན་བྱེད་མ་འཁྱུལ་ལམ། །ཡོངས་ཉོན་མོངས་ཉེས་སྤྱོད་ཅ་བ་ནི། །ཡར་  
 བདགས་ཉམས་མེད་པར་གདགས་གཞིའི་ངོས། །ཚུར་གྱུབ་པར་འཛིན་པའི་ངར་  
 འཛིན་གདོན། །དེའི་སྤྱོད་མཚང་བལྟ་བ་གནད་མིན་ནས། །སྤྱོད་སྤྱོད་མཐའ་མེད་  
 པའི་དུས་ཤིག་ནས། །ཚོ་མ་རིག་འཁྱུལ་བའི་དབང་སོང་སྟེ། །ལས་མི་དག་ཀྱི་  
 བོའི་རྒྱན་བཞིན་བསགས། །དེའི་ནམ་སྤྱིན་སྤྱོད་མཁན་ཁོད་མིན་ནས། །ཁྱེན་  
 སྤྱོད་ལེན་གཉིས་ཀྱིས་གསོས་པ་འགའ། །སྤྱིད་ཕྱི་མ་འགྱུབ་པའི་རྩས་ཅན་འགྱུར། །  
 གང་མ་ཚང་མེད་པའི་རྒྱ་དེ་ལས། །འབྲས་འབྱུང་བ་སྤྱི་ལོས་འགོག་རྩས་སམ། །  
 དག་མ་དག་བཟན་གཡོའི་ཕྱུ་གྱུ་ཀྱན། །ནང་སེམས་སྤྱོད་ས་བོན་དེ་ལས་བྱུང་། །  
 དོན་དེ་ཕྱིར་ཕྱི་ཡི་ས་བོན་ལས། །མཐུ་རྩས་འཕེལ་ཆེ་བ་མ་ལགས་སམ། །ཚུལ་  
 དེ་ལྟར་ལེགས་པར་དབྱེད་པ་ན། །ལས་ཚོགས་བསགས་སྤྱི་བ་སྤྱོད་མ་གཏོགས་  
 པ། །གཏན་བདེ་བ་སྤྱུབ་པའི་ཐབས་དམ་པ། །གཞན་གང་ཞིག་བཅའ་བས་རྟེན་  
 ལེ་སམ། །ཡོངས་འཁོར་བ་ཀྱན་གྱི་མར་བྱས་པའི། །གངས་མཆིས་ན་འཁོར་  
 པའི་སྤྱོད་མཐའ་གྲུབ། །དེ་འདོད་ན་རྒྱ་མེད་འགྱུར་བས་ཁེགས། །དོན་དེ་ཕྱིར་  
 ཡལ་བར་འདོར་སོད་དམ། །ཡོངས་ནམ་མཁའི་མཐས་གདུགས་སེམས་ཅན་གྱི། །  
 སྤྱིག་སེལ་ཞིང་བདེ་བ་ཐོགས་འདོད་པའི། །དཔལ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་གྱི་བསོད་ནམས་  
 གང་། །རྒྱུ་གོ་ཡུལ་རིགས་པས་མི་དཔོག་གམ། །སྤྱོད་འགྱུར་བ་སྤྱོད་ཅིག་  
 གཅིག་གིས་ཀྱང་། །དུས་བསྐྱེད་པར་དབྱུལ་བའི་མི་རུ་སྟེག་ །ཚུལ་དེ་བཞིན་

དགེ་སྒོ་ཐང་གཅིག་གིས། །འབྲས་སྤྱ་མེད་འབྱེན་པའང་མ་མཆིས་སམ། །རང་  
 ཉན་མོངས་སྒོག་གིས་བཅིངས་བཞིན་དུ། །མ་འགོ་བསྐྱོལ་ལ་མཐུ་ཆུང་བས། །དུས་  
 རི་མིད་གཞན་དོན་ལྷན་གྲུབ་པའི། །སྤྱབས་སངས་རྒྱས་བསྐྱབས་ན་མི་ཡིགས་  
 མམ། །དེང་ཚས་གྱི་མཐུན་སྦྲེན་འདྲོམ་དཀའ་བ། །ནང་འཇུངས་སེམས་འདི་  
 ཡིས་ལན་འདུག་པས། །ལུས་མོངས་སྤྱོད་དགེ་ཅའི་འབྲས་བྱ་བཅས། །ལར་  
 གཏོང་སེམས་སྤེལ་བ་མི་ཡིགས་སམ། །རང་ཁས་སྒྲང་སྒྲོམ་གསུམ་བཅས་མཚམས་  
 ལ། །རི་མི་སྤྱུམ་འདུག་འདིས་སྐད་ཅིག་རེར། །སྤྱིག་ལྷུང་བའི་ལྷུང་ཕོར་གྱུར་  
 གདའ་ན། །དུས་ལན་དུག་བསྡོང་བཟངས་མི་བྱེད་དམ། །རང་ཁོ་བཟོད་ཉེས་ཕན་  
 བེས་བརྗོམ་བཞིན། །ཆུར་བཟོད་པར་བསྐྱལ་བའི་མ་ཆན་ལ། །སྐར་ཁོ་བར་བྱེད་  
 མའི་རང་ཚུལ་ནི། །སྒོ་བེས་རབ་ཅན་གྱི་ལྷགས་ཡིན་ནམ། །ལས་ནམ་དཀར་  
 རྩོད་གྱིས་དཔེན་པ་ཡིས། །སེམས་འབྲུག་པའི་སྤྱབས་སྤྱ་ཆུང་བ་འདི། །སྤྱོན་  
 ལེ་ལེའི་དབྱ་ཡིས་བསྐྱས་པས་ཞོངས། །ད་འཆི་བདག་ཁར་སྒྲིགས་སྤྱོད་དལ་ལམ།  
 །སེམས་གཡིང་བའི་བརྒྱས་བཟོད་དཀའ་བྱུང་སོགས། །དོན་ཆུང་བར་དེ་ཉིད་རིགས་  
 སམ་གསུངས། །དོན་དེ་མྱིར་སེམས་བསྐྱང་བརྟལ་ལྷུན་ལ། །སྒོ་ཀྱན་ནས་འབད་  
 བ་གནད་མིན་ནམ། །ཡོངས་འཁོར་འདས་ཚས་ནམས་མ་ལུས་པ། །དོན་ཡིན་  
 ལྷགས་དཔྱོད་པས་བཅལ་བ་ན། །ཁོ་རང་ཚུགས་བྱུབ་པ་མི་གདའ་ན། །སྐར་ལ་  
 འཐས་ཞེན་པ་མ་འཁྲལ་ལམ། །ང་ཟེར་བའི་གདགས་གཞི་མཐར་བྱུག་པ། །སྤྱིང་  
 ས་རིག་སྒོ་ངའི་སྤྱབས་ཆུད་པའི། །གཞི་གཉུག་མ་ཕྱ་བའི་རྒྱང་སེམས་ལ། །སྤྱབས་  
 རི་སྒོས་བཅོལ་ན་མི་ཡིགས་སམ། །ཆས་སྤྱི་ས་རིའི་སེམས་གྱི་སྒྲང་། །ཕྱིས་  
 བྱ་བཞག་ཐང་ལ་འབྲུམས་པའི་སྤྱབས། །སྐར་དུན་པའི་མཆིལ་པས་དབང་བྱས་  
 རྟེ། །གདམ་འདི་སྐད་རང་ལ་བསྐྱལ་བྱུག་བདུག། །ཅེས་རང་ལ་ཕན་པར་སྤྱོད་པའི་གདམ་སེམས་

ཅོ་ནི་སྒྲ་མ་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒྲོར།

ཀྱི་ཅང་ཤེས་ལེ་ལོའི་གོ་མ་འགྲོས་ལས་དགེ་བའི་ལམ་དུ་གཙུག་པའི་བསྐྱལ་ལྷག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཡུལ་སྐྱེུགས་ཆས་པ་གོང་  
ཆེ་རིགས་སུ་སྒྲེས་པའི་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིན་དུ་འཕོད་པས་ཆོས་གྲར་འགྲིམ་པའི་སྐབས་ཞིག་དོག་གེར་ཏེ་ཅང་ཞེན་ཆེ་བ་དཔན་  
པས་ཟིན་དེ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་གཞིག་དུ་བྱིས་པ་རྒྱུན་ལྡན་དམ་པའི་གཤེགས་ལུ་པ་དུ་སྒྲོ་བ་བསྐྱར་པའི་རེ་འདུན་སྤྱིང་ལ་བཅངས་  
པ་ཆོག་གི་ལམ་དུ་འཕོས་པའི་རེ་མོའོ། །

༡༧། །སྤྱིད་པའི་འགྱུར་བ་སྒྲོག་གི་གར་མཁར་རྗེས་སུ་གསལ་  
རིག་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་སྐབས་བསྐྱར་བའི་ངང་  
ཚུལ་བརྗོད་པའི་ཀ་ཕྱིང་ཞེས་བྱ་བ།

སྒྲ་མ་སྐྱན་རས་གཟེགས་ལ་ལྷག་འཆལ་ལོ། །ཀ་ནས་དག་པའི་ཆོས་དབྱིངས་  
འགྱུར་མེད་སྒྲོང་། །ཁ་དག་ཆེ་ཆུང་འགྱུར་བ་སྒྲོག་གི་གར། །ག་ཏའི་སྤྱིན་དུ་  
སྐྱ་བདུན་གྱིས་བསྐྱུ་བའི། །ང་ལས་རྒྱ་ཡང་རི་བོའི་སྤོ་ནས་སྐྱུང་། །ཅ་ཅོའི་སྐྱ་  
དབྱངས་ལེན་པའི་གར་མཁན་གྱི། །ཆ་ལུགས་ཇི་བཞེན་སྤྱིད་འཕྱོར་གཡོ་བའི་ཆོས། །  
ར་སྒྲོར་ཡུན་ལའང་འབྲལ་སྒྲགས་མེད་པ་འགའ། །ན་མོ་མཚོ་ལས་འདོན་བཞེན་  
གཏན་འབྲལ་བྱེད། །ཏ་ལའི་འདབ་ལྗར་རྒྱས་པའི་དཔལ་འཕྱོར་ཡང་། །ཐ་གའི་  
རྒྱ་རྒྱུ་སྐབས་ཇི་བཞེན་འགྱུར་བའི་གཤེས། །ད་ལྷའི་འབྱང་ཞིང་གཡོ་བའི་ལུས་  
པོ་ཡང་། །ན་འཆིས་མགལ་དུ་མ་ཇི་བཞེན་ས་ལ་འབྱུལ། །པ་ཏ་ཏ་སོགས་རོལ་  
མོས་སྤྱིན་བསྐྱུ་བའི། །པ་རོལ་གནོན་པའི་རྒྱ་རྒྱུང་ཡང་བྲན་འགྱུར། །བ་ལང་  
མིག་ཐོགས་དུད་ཅིང་འགྲོ་བ་ཡང་། །མ་ལུས་སྤྱིང་བཞེད་སྤྱིན་ལ་འཁོར་མོས་  
སྐྱུར། །ཅན་ཀ་འདའི་ས་སུལ་སྤྱིན་འབྱུལ་། །ཆ་ཟེར་ཅན་བཞེན་ས་སྤྱིང་འབར་  
བཞོབ། །ར་ལང་དེགས་པས་སྤོས་པའང་སྤྱད་ཅིག་གིས། །མ་མོ་གལ་དུ་ཚུད་

འདྲའི་མིག་ཀྱང་ཅན། །ཞུ་ལྟར་གཙུག་དུ་བཀྱར་བའི་རྗེ་པོ་ཡང་། །ཟ་མའི་ལྷག་  
མས་འཚོ་བའི་སྒྲོང་མོར་འགྱུར། །འཕག་མཐོ་རིས་གནས་ན་བག་ཡངས་སྒྲོད།  
ཡང་དབྱལ་བའི་གནས་སུ་སྤྱིའུ་ཚུགས་འགོ། །རྒྱ་རྒྱ་འབངས་ཀྱི་སྒོག་ལ་དབང་  
བ་ཡང་། །ལ་གོར་གཤིན་རྗེའི་དབྱུག་པས་རང་སྒོག་འདོར། །ཤ་བྲག་གཡོས་  
སུ་སྒྱུར་ནས་མ་ཐོས་གོང་། །ས་སུ་ལ་མིན་པོའི་ཟས་སུ་གྱུར་པའང་མཐོང་། །ད་  
ལའི་དུག་ལྟར་སྒྱུད་ན་ཉེས་ཆེ་བའི། །ཨ་ནོ་མིད་པའི་འགྱོར་པར་ཡིད་བཟན་ཅི།  
ཨེ་མ་ད་ལྟའི་མེམས་ཀྱི་འགྲུ་བ་འདི། །མི་བཟན་སྒྱུར་དུ་ཡལ་བས་བྲན་རྒྱན་སྒོངས།  
ཚོ་སྒྲ་སྒྱུངས་ཤིག་འཕལ་གྱི་བྱ་བ་ལ། །བཟང་པོའི་ལས་སྒྲུང་ཅུ་བ་ལ་ཉེ་བས་སོ།  
འཇིག་རྟེན་སྤྱི་མ་ཟེར་བའི་མཐའ་རིང་པོའི། །སྤྱི་བའི་རྒྱ་མཚོའི་ཆུ་ཐིགས་བགྱང་  
བར་འཁོལ། །ཅིས་སྤྱིད་པའི་འགྱུར་བ་སྒོག་གི་གར་ལའང་རྗེས་སུ་གསལ་རིག་མེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལྟམས་བསྒྱུར་བའི་  
རང་ཚུལ་བརྟེན་པའི་གསེར་ཞེས་བྱ་བ་འདྲིན་དྲོད་མོང་ཆེན་པོའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པར་ཁས་འཆེས་པའི་དགོས་པ་སྤྱི་མ་ཟེར་  
འདོད་པས་ཀྱགས་ལྟར་དབྱངས་སུ་རྒྱུས་པ་སྒྲུང་ཡང་ཡང་བྲན་པའི་བརྟེན་ཐོར་གོད་པའོ། །

## ༡༡། །རང་ཉིད་དགེ་བར་བསྐྱལ་བའི་གཏམ་གྱི་སྒྲུབ་བ་ རན་ཞེན་གཉིད་ལས་སྒྲོང་བའི་དྲི་མེད་ཆིག་གི་ བསང་གཏོར་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་ལྷ་རྒྱུ་ལོ་གེ་ཤ་རྒྱ་ལ། །སྤྱི་ལ་རྒྱལ་ཀྱན་ཞིང་གི་བཀོད་པ་རྟོགས།  
གསུང་ལ་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་ཟད་པ་མེད། །ཐུགས་ལ་ནམ་ཀྱན་མངོན་རྟོགས་བྱང་ཆུབ་  
པ། །འགྲོ་ལ་བཅེ་བའི་དབང་གྱུར་ཡབ་རྗེས་སྒྲོངས། །གཞན་ལ་ཚོས་ཀྱི་བགོ་  
བཤེད་དགའ་ཞིང་། །རང་ལ་ཚོས་ཀྱི་དྲི་ཅམ་མི་བློ་བའི། །སྤྱིང་ལ་འདོད་ཁམས་

བདག་པོས་བྱིན་རྒྱལ་བས་པ། །ཁྱོད་ལ་ཕན་པའི་གཏམ་འགའ་སྤྲོ་བས་ཉོན། །ལུས་  
ལ་མེ་མྱེ་འབར་བའི་གོས་ཁྱོན་ཡང་། །སེམས་ལ་རྩོད་པའི་ཆ་ཙམ་མ་དམིགས་པའི། །  
ཆོ་ལ་ཟད་པ་མེད་པའི་དཔུལ་ཁམས་དེར། །རང་ལ་བཅེ་གང་མི་འགྲེའི་ཐབས་ཤིག་  
འཛལ། །མཛའ་དང་སྤང་བ་འཕྱོར་རྒྱུད་རྗེས་འགྲོ་བའི། །གཉིན་དང་གོགས་  
ལ་ཡིད་བརྟན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །མངོན་དང་སྒྲོག་དུ་མྱེ་གཉིས་གཡོ་བ་ལ། །སེམས་  
དང་ལྷན་པ་སྤྲོ་བ་ཡིད་རབ་རྟོན། །འཁོར་བའི་གནས་ནི་གང་དུ་གནས་ཀྱང་རུང་། །  
སྤྲོ་བ་སྤྲོ་བ་དང་འགྲོགས་ཀྱང་སྤྲོ་བ་པ་ལྟེ། །སྤྲོ་བས་གཅིག་བྱ་རམ་གིང་  
པས་བྱ་སྒྲོ་བ་ལ། །གསུང་བ་དེ་ལྟར་འདི་ན་དེ་ལྟར་སྤང་། །སྤྲིད་པ་སྤྲོ་བ་མཁན་  
པོས་ལེགས་པ་སྤྲོ་བ་པའི། །སྤྲིད་གསུམ་སྤྲོ་བ་འཁྱོར་བྱེད་འགྲོ་བ་པའི། །སྤྲིད་  
ན་རེ་བའི་སྒྲོས་ལུལ་ནམ་དགའ་ལས། །སྤྲིད་མིན་གྱི་པ་མ་གཉིས་པ་དེ་ལས་གང་། །  
རྒྱན་གྱི་མཚོག་ནི་ངེས་འབྱུང་རྒྱལ་བའི་སེམས་དང་། །བཞེན་པའི་མཚོག་ནི་ཐེག་མཚོག་  
སེམས་ཀྱི་རྟ། །མཚོན་ཆའི་མཚོག་ནི་མཚན་འདྲིན་གཙོད་པའི་གྱིར། །ངེས་པ་  
མཚོག་ནི་རྟེན་གང་དཔལ་པོའི་ལུལ། །ཀྱེ་མ་ཀྱེ་རྒྱུད་བདག་ནི་བསོད་ནམས་དམན། །  
འདི་དང་འདི་འདྲའི་དམ་ཚེས་མཚོག་མཛའ་ཡང་། །ཆོ་འདིས་ཆོ་རབས་གཏན་  
གྱི་དོན་བརྒྱག་པའི། །སྤྲིད་རུལ་སྤྲིད་རྗེའི་ལུལ་གྱུར་ཡིད་རེ་སྤྲོ་བ། །ཡང་དང་  
ཡང་དུ་དམ་ཚེས་ཐོས་དགའ་ཞིང་། །ཐོས་ཀྱང་ཐོས་པས་མི་ཚོག་བསམ་སྒྲོམ་གྱིས། །  
རྒྱལ་བ་ཞིན་རྒྱལ་བའི་སེམས་གཞིར་བྱས་མ་འབད་ན། །སྒྲོ་ལ་སྒྲོ་བ་སྤྲོད་ཐོན་པ་དགའ་  
བར་གསུངས། །དེ་ཕྱིར་དེ་རིང་ཉི་མ་ནས་བཟུང་ལྟེ། །རང་གི་རང་ལ་ནང་ནས་  
བསྤྲོལ་བྱས་ནས། །སྤྲོན་ཕྱོན་སྤྲོན་གྱི་དམ་པའི་ནམ་ཐར་བཞིན། །ཆོས་ལ་ཆོས་  
བཞིན་སྤྲོད་པའི་ཡིད་སྤྲོན་འཆའ། །ཆོས་སྤོར་ཞུགས་ནས་ཆོས་ཀྱིས་ཐོངས་པ་  
ཡི། །སྤྲོ་བ་དམན་ཡང་སྤྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་མིང་། །ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་

ཡིད་འབྱུང་སྐྱ་སྐྱ་ཡིས། །བསྐྱལ་ནས་རང་ལ་བསྐྱལ་མ་དེ་སྒྲུབ་བྱེད། །ཅེས་  
རང་ཉིད་དགེ་བར་བསྐྱལ་བའི་གདམས་གྱི་སྒྲོམ་བཟང་ན་ཞེན་གཉིད་ལས་སྒོར་བའི་དྲི་མེད་ཚིག་གི་བསང་གཏོར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
རྒྱལ་ཡོང་བའི་གཟུང་ཏུ་རྩལ་སྐྱོན་སྐྱུང་ར་འཕོད་པས་ཚོས་གྲུ་ཆེན་པོ་བཀའ་ཁིལ་འབྱེད་གྱི་སྒྲོག་པ་ཐོས་བསམ་གྱི་སྤྱིལ་རྩུང་  
དུ་སྤྱོད་པའོ། །

༡༡། །ཞི་བའི་ནགས་འདབ་བསྐྱེན་པར་སྒྲོན་པའི་ཆོག་གང་ཤར་  
དབྱུངས་སུ་བསྐྱེདས་པའི་ཐོལ་སྐྱ་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་ལྷ་རྩུ་ལོ་གེ་ཤ་རྩ་ཡ། །སྤྱིགས་མའི་དུས་འདིར་གསུང་རབ་  
མ་སྐྱུས་པ། །གདམས་པར་ཤར་བཞིན་རང་གིས་བྱག་ལེན་བསྒྲུར། །བཙེ་བས་  
གདུག་བྱའི་སྤྱིང་ལ་བསྐྱེན་མཁས་པ། །དེ་ནི་བདག་གི་ཡབ་རྗེ་ཞང་ལྷ་བ། །གང་  
གི་ལེགས་གསུང་བདུད་ཅིའི་ཆ་རེ་ཡང་། །སྤྱིད་པའི་ནད་བརྒྱ་དབྱུངས་ནས་འབྱིན་  
རྒྱས་པ། །ན་བའི་ཡོལ་གོར་སོན་ཏེ་རྩུད་གཞོན་ན། །དེ་ལས་རང་ཉིད་བསྐྱུས་  
ཆོས་མ་ཆེ་བ་གང་། །འདུས་ཤིང་བྱས་པའི་ཆོས་ནམས་རི་སྤྱེད་པ། །རི་གཟར་  
སྤྱོད་གྱི་འབབ་རྒྱའི་རྒྱན་བཞིན་དུ། །ཡུད་ཙམ་སྤྱོད་པའི་གོ་སྐབས་བྲལ་ལགས་  
ན། །རིང་བོའི་ཆོ་ཡང་མི་འཇད་རང་དབང་ཅི། །བྱུང་བར་འཇམ་སྤྱིང་ལས་གྱི་  
མ་ཆ་ཡི། །མི་ཡི་ཆོ་ནི་ངས་པ་མ་མཆིས་པ། །མིག་གིས་དངོས་སུ་གཙུག་ཏུ་  
མཚོང་གུར་ན། །ཅི་ཡང་མི་སེམས་མཁས་སྒོམ་ཡ་རེ་ང་། །ཁྱེ་མ་མ་ཡི་མངལ་  
ལས་རྩུང་གུར་ཏེ། །ཅུང་ཞིག་བྲན་པ་རྩེད་པའི་སྐབས་ནས་བཟུང་། །འདི་སྤྱང་  
བཙོན་རའི་སྒོ་ལས་མ་ཐར་ཏེ། །དེ་ནི་འཆི་བར་དུས་གདུགས་ཅི་རང་བྲག་ །སྒོན་  
ཆོ་ལེགས་བྱས་སྒོར་གིས་ལེཌ་བསྐྱེན་པ། །ཤིན་ཏུ་རྩེད་དཀའ་ཐ་ན་མེད་པའི་ས།

དལ་པའི་རྟེན་འདི་དོན་མེད་འདྲོང་པོ་དང་། །མཁས་པ་ཡིན་ན་དེ་ལས་སྒྲུབ་པོ་སྟེ།  
 འདི་ནས་འཕེས་ཆེ་རྒྱུ་འཕེན་འདྲོང་པ་བཞིན། །གདན་ནས་མེད་དུ་འགྲོ་ན་ལས་  
 སྒྲུབ་པོ་དང་། །དཀར་ནག་ལས་ཀྱི་རྩེ་སྟེ་སྒྲུབ་པོ་དགོས་པ། །གདང་འཁེལ་མེས་ས་  
 ལ་འཛིན་རྒྱ་ཅང་ཡོད་དམ། །རན་འགྲོའི་གཡང་དུ་རབ་ལ་འགྲུལ་བ་དང་། །མཐོ་  
 རིས་བདེ་འགྲོའི་ཐེམ་སྐྱས་འཛིག་པ་ཡི། །རྒྱ་ཆོག་སྒྲོལ་དངོས་མཐུག་གསུམ་  
 ཆང་བའི་ལས། །གང་ལ་འབད་འབྱུངས་བྱས་པ་ཞིབ་བསམ་ཐོངས། །རེ་བ་བརྒྱ་  
 སྐབས་བྱས་ཀྱང་འབྱས་བྲལ་ལ། །མ་བསམ་ས་ནས་མི་འདྲོད་འབྱས་འབྱིན་པའི། །འཁོར་  
 བའི་མཚན་ཉིད་འདི་དག་མཐོང་བ་ན། །ཆེ་འདྲོང་འབད་ལས་ལས་བྱུགས་བཅན་  
 པར་གོ། །འཁོར་བའི་ནགས་སྒྲོང་ཡངས་པོའི་དོར་རུ། །གསལ་རིག་མེས་ས་  
 ཀྱི་ཅན་ཅོན་ཅོན་ཤིང་ལ། །གདོས་བཅས་ལུས་ཀྱི་དུག་སྒྲུབ་དམ་འབྱུང་པས། །དུག་པ་  
 ཆོར་བའི་ཁ་རྒྱུངས་ཅི་ཡང་འབྱུལ། །ཟག་བཅས་ཆོར་བའི་དྲི་བསྐྱུང་གིས་བོས་པ།  
 མོངས་པ་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱུང་པའི་མཐོན་པོ་དག །བདེ་བའི་གྲིབ་བསེལ་ལོངས་སུ་  
 སྒྲོད་འདྲོད་དེ། །སྒྲུལ་གདུག་ཁ་རུ་རྒྱུད་པ་ཨ་ཅ་མ། །ཡིད་ལ་ཀུན་དགའ་རྒྱས་  
 པ་ནགས་ཀྱི་ཁྲོད། །ཆ་བའི་གདུང་བཅེལ་གྲིབ་བསེལ་སྒྲུབ་པོ་ཅན། །གཡུ་ཡི་  
 རེབ་གསིང་སྒྲུ་ལོང་རྒྱས་པ་ཡི། །རྟོར་འཛིན་སྒྲིག་མོ་མེ་ཉོག་དོག་ལ་ཅན། །འདི་  
 འདྲར་རྟག་འགྲོགས་ཆོས་བརྒྱད་ཡོ་ལང་གིས། །བརྩི་བར་མི་རྩལ་འབྱུལ་བྲལ་  
 ཉིང་འཛིན་གྱིས། །བདུད་ཅིའི་ཟས་ལ་ཅེ་གཅིག་རྟག་རོལ་བ། །སྒོན་བྱོན་དམ་  
 པའི་ནམ་ཐར་སྒྲིང་ལ་བྲན། །ཞེས་པ་འདི་ནི་ཆོང་ཀའི་སྒྲིའི་མཐོན་པོའི་ནི་འདབ་བྱུབ་པའི་གནས་མཆོག་གི་  
 བའི་ཆོང་གི་གཡས་རོས་ཀྱི་ནགས་ཁྲོད་དུ་རང་ཉིད་གཏིག་ཕྱར་རྒྱ་བའི་སྐབས། །སྒྲིའི་སྒྲིའི་འཕྲོད་པས་གང་ཤར་དབྱེངས་  
 སུ་བརྩིབས་པའོ། །



༡། ཁྱེད་ལྷན་གྱི་ཁྲིའི་ཁྲིའི་དྲུག་པེས་མཐོན་པོས་ཞག་མལ་  
བྱས་ཏེ་ཆས་པ་ལ་མངོན་པར་སྟོགས་པའི་གདམ་མི་རྟག་  
མིན་པའི་རང་གཞུགས་ཡིད་ཀྱི་རྟོག་པར་འགྲི་བའི་དྲི་  
མེད་ཆེག་གི་ཆོན་པར་ཞེས་བྱ་བ།

བ་མོ་གུ་རུ་ཞུ་ཡོ་གེ་ཤ་རུ་ཡ། སྐྱ་སྒང་སྒྲོང་དབྱེར་མེད་ཀྱི་མཆོ་སྤྲིན།  
 བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲོང་དབྱེར་མེད་ཆོས་སྤྱང་མཛོད། བྱུགས་བདེ་སྒྲོང་དབྱེར་མེད་མཁྱེན་  
 བཅེའི་གཏོར། ལྷ་སྒྲུ་མ་དབྱེར་མེད་སྤྲིང་གར་བསྟེན། ལྷ་ས་མི་རྟག་གཡོ་  
 བའི་འཁྲིཤིང་ཅེར། ཁེམས་མི་བརྟན་འགྲུ་བའི་བྱིའུ་ཁུང་ཅེན། འདག་མི་བདེན་  
 སྐྱ་ཡི་འགྲུར་བྱུགས་གདངས། སྐྱ་མི་ཆེ་གཙོ་མ་སྤྱངས་ཚུལ་དུ་ལེན། ལྷ་ས་  
 མི་གཙང་འགྲུང་བཞིའི་ཁང་རུལ་ན། ཁེམས་གསལ་རིག་མཁོན་པོས་ཞག་མལ་  
 བྱས། ཆོ་མཆན་མོའི་ཐུན་གསུམ་མ་རྩོགས་གོང་། ལྷ་ས་ཁང་རུལ་རྟེའལ་ཆ་  
 མ་མཆིས། གདོང་སྐྱ་བྱུག་ལམ་འཕྲང་དོག་པོ་རུ། དབྱུགས་འགྲུང་རུབ་ཅི་  
 ཅིའི་རྒྱ་འགྲུལ་འདི། རྟང་ཆ་གང་འཐབ་བའི་བྱི་ལ་ཡིས། དུས་ནམ་ཞིག་གཙོང་  
 སྐྱམ་ཆོ་མ་བདེ། ལྷ་ས་ཤ་རུས་བསགས་པའི་རི་པོའི་མགུལ། སྟོག་མི་རྟག་  
 གཡོ་བའི་ན་བུན་འཁྲིགས། རྒྱུན་འགྲུང་འགྲུགས་སྤྱང་དཔར་འཚུབས་པ་ཡིས།  
 ད་ཆོ་བྱར་ཡལ་སྐྱམ་འཛིགས་ཤིང་དངངས། གནས་སྤྲིད་གསུམ་ཐོགས་རིག་  
 བལ་བའི་མཁར། ཡོངས་འཁོ་བའི་སྟོག་གི་སྤྲིད་པའི་མིག བམར་འཆི་བདག་  
 རུབ་ཀྱི་རི་པོའི་སྒོར། ལས་སྤྱང་བྱུགས་དག་པོས་མ་བདས་གང་། ལྷ་ས་འགྲུང་  
 བ་འགྲུགས་པའི་མོ་ན་ཡིས། སྤྱར་འཆོར་བ་མེད་པར་བརྩུང་བྱས་ནས། ཡོངས་

སྒྱུ་འབྲེལ་སྒྲོག་གི་བདག་པོའི་དྲུང་། །དུས་ནམ་ཞིག་འཁྲིད་སྐྱམ་སྦྱིང་ལ་བཅགས།།  
 ཡོངས་འཛི་རྒྱན་མང་པོའི་རྒྱུང་དམར་གྱིས། །སྒྲོགས་བསྐྱོར་བཙུ་ཡི་མར་མེའི་  
 འོད། །དེར་སྒྲུབ་ཅིག་མི་སྡོད་གཡོ་བ་ཅན། །དུས་ད་ལྟའི་བར་དུ་གནས་པ་མཆར།།  
 ཕར་རང་གིས་འཛི་ལ་བལྟ་བཞིན་དུ། །ཚུར་རང་ཡང་འཛི་སྐྱམ་མི་སེམས་པའི།།  
 མི་བསམ་མེད་ཁྱོད་ནི་ཕྱགས་ལས་སྤྲུམ། །དུས་དོན་བཅི་འཛི་མེད་ཅི་ཡོད།།  
 ཆེ་མི་ཉག་སྤྲིན་གྱི་མིང་ཁང་དུ། །ཚོར་གཡོ་བ་སྒྲོག་གི་གར་མཁན་འབྲུག་ །མིང་  
 གཡུ་འབྲུག་སྒྲུབ་གསང་མིར་ན་ཡང་། །དུས་མི་རིང་སྦྱང་བའི་དབྱིངས་སུ་ཡལ།།  
 རྩོད་འབྱོར་བའི་མཐའ་མ་དབུལ་བས་སྦྱུང། །གཟུགས་ལང་ཆོད་འགྲག་མདངས་  
 ག་བས་འཛོམས། །གང་མཐོན་པོའི་མཐའ་ནི་རྒྱད་པ་ཅན། །ཡོངས་མཛད་པའི་  
 མཐའ་མ་དག་ཏུ་ལྷང་། །གནས་འཁོར་བ་སྐྱུ་མའི་ཁྲོད་ཁྱེར་ན། །ལས་ཉོན་མོངས་  
 ཞགས་པ་དམ་པོ་ཡིས། །སེམས་གསལ་རིག་དུག་གི་སྡོང་པོ་ལ། །ལུས་མི་  
 གཙང་རྩས་གྱི་རྒྱལ་བ་བཅིངས། །དེར་བདག་དུ་འཛིན་པའི་ཕག་པའི་གདོན། །སྦྱིང་  
 རུས་པའི་ཁོངས་སུ་ཡེ་ནས་ཞུགས། །འཁོར་ཆགས་སྤང་བུ་སྐྱུ་ལ་གཉིས་བཀྲེ་  
 ནས། །སྐར་མི་འདོད་ལྷས་ངན་སྦྱང་གཏུ་གདོང་། །ཡོངས་འདུ་བྱེད་དུ་ཁའི་རྒྱ་  
 མཆོ་རུ། །ཆེས་དག་དུ་སྦྱག་བསྐྱེད་དབའ་སྦྱོང་འབྲུགས། །ཐང་འབྱུར་བའི་  
 སྦྱག་བསྐྱེད་སྐྱེད་གཡོ། །ཀུན་སྦྱག་བསྐྱེད་རྒྱན་ཤིང་གཤེར་བའི་དངོས། །ཡོངས་  
 འཁོར་བའི་བདེ་དགའ་རི་སྦྱིད་པ། །མཐར་མི་བསྐྱུ་བྱ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད། །ལར་  
 གཅིག་དུ་ཕན་པ་དམ་པའི་ཆོས། །དོན་དེ་ཕྱིར་འདི་ལ་སྦྱིང་ཕུར་ཚུགས། །གནས་  
 འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་རུ། །མ་འགོ་དུག་ཆོ་ངེ་འདབས་བཞིན་དུ། །སྦྱི་ན་  
 ག་འཛི་བའི་རྒྱ་ལ་གཡེང་། །དེ་སྦྱོལ་འདོད་སེམས་གྱི་ཕྱགས་སུ་བཅུག །ཡི་  
 ཐོག་མ་མེད་པའི་སེམས་གྱི་ཤིང་། །ཉག་ཉོན་མོངས་ཁ་བའི་ཁུས་བགོས་པ། །སྐར་

རོ་ཞེས་དངོས་པོར་བཅུད་དགའ་ལ། །དེར་གཉིན་པོ་ཆུ་ཡི་ཐིགས་པས་ཅི། །དོན་  
དེ་ཕྱིར་བཟོད་པའི་གོས་ཀྱི་ན་ནས། །བཙོན་གུས་སྒྱུར་གཞུ་མོ་མཚོག་དགར་ལ། །  
དུས་དྲག་དུ་སྒྱུར་བའི་མདའ་སྒྲུར་ནས། །དབང་ཉོན་མོངས་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བར་  
སྒྲོན། །སྒོ་མ་རིག་འབྲུལ་བའི་སྒྲིན་གྱི་འབྲེང་། །དོན་ཡིན་ལུགས་དཔྱད་པའི་  
སྒྱི་མེར་གྱིས། །ཡི་གདོད་ནས་སྒོང་བའི་མཁར་དངས་ནི། །དཔལ་ཀྱན་མཁྱེན་  
ཉི་མ་གསལ་གྱུར་ཅིག །ཅིས་སྒྲུ་མ་ལུས་གྱི་ཁྲོད་ཁྲོད་དུ་ནམ་ཉིས་མཁོན་པོས་ཞག་མལ་བྱས་ནི་  
ཆས་པ་ལ་མཛོན་  
པར་ཕྱགས་པའི་གདམ་མི་དྲག་སྒྲིན་པོའི་རང་གཟུགས་ཡིད་གྱི་དྲོ་བར་འབྲེང་བའི་ཕྱི་མེད་ཆོག་གི་ཚོན་པོར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི།  
དྲོག་གི་ཁ་བཤད་སྐམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་མི་ཆོ་བལ་བ་སྒྲི་སྒྲུ་རར་འཁོད་པས། །སྐབས་ལེགས་ཡུད་ཙམ་གྱིས་འཆར་སྒྲི་སྒྲི་  
གི་གར་མཁམ་ལྷ་བྱ་འདི་སྒྲུར་ཡང་ཡང་དཔར་པའི་གསལ་འདེབས་སྒྲུ་ཆོས་གྲུ་ཆོན་པོ་བྲག་ཉིས་འབྱིལ་གྱི་སྒྲེབ་སྒྲུར་གི་ཡང་  
ཐོག་གཟེན་རྒྱུང་ཨི་མེད་གའ་འབྱིལ་དུ་བྱེས་པའོ། །

༡༡། །སྲིད་འབྱོར་སྒོག་གི་བྱ་མའི་རོལ་ཅིང་གྱིས་སྒྲུང་བ་བྲིད་  
པའི་ངང་ཚུལ་སྒྲིང་སྒྲེ་རང་ལ་ལེ་ལན་  
བདའ་བའི་ཆིག་ལབ།

ན་མོ་གུ་རུ་ལྷ་རུ་ལོ་ཀེ་ཤ་རུ་ཡ། །རྒྱལ་ཀྱན་ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་བོ་རྒྱི་ཡིག་  
ཁམས། །དམར་མེར་འོད་དུ་འབར་བ་ལྷག་པའི་ལྷས། །རྒྱར་བྱད་མཐོན་མཐིང་  
ནགས་ཚལ་ཡོངས་བདང་ནས། །དུར་སྒྲིག་སྒོས་གར་སྒྲུར་དེས་དྲག་སྒྱོད་ས་ཤིག།  
གྱུ་དུད་ཡིད་གྱི་ནགས་རུ་མ་སྒྲུག་པོའི་ཁོད། །འདོད་པའི་དུག་སྒྲུལ་ནག་པོ་གནས་  
བཅས་པས། །ཡི་གར་མི་འོང་ཆོར་བའི་ཁ་རྒྱངས་གྱི། །ན་བུན་སྒོང་དུ་འབྱུན་པ་  
འདི་ལས་སྒྲོབས། །གང་ཡང་འདི་ན་བདེ་བར་སྒྲུང་བ་ཡི། །སྲིད་པའི་ཕུན་ཚོགས་

144

ནམ་དཀར་མ་སྐྱུ་བ་དབང་གིས་ཆེར་འབྱོར་གཉིས། །དབུགས་འབྲེང་ཆད་ཁའི་  
སྒྲོད་གཅིག་མཉམ་འབྲེགས་པས། །འོ་དོད་འཕོད་ཀྱང་དེ་ཆོ་ཅི་བྱར་ཡོད། །ཀྱི་  
མ་ཆོ་བྱང་ནི་མའི་གྲང་ནི་ཡོལ། །རྩལ་བྲིམས་མཆོ་བྱར་རྩུང་བའི་སྟོག་རྩུ་བརྟོལ། །  
ཕྱི་མའི་གནས་རྩལ་སོམས་དང་རྟོག་དབྱོར་མཁན། །དབྱུང་གཞི་ཆེན་པོ་ཞིག་ནི་  
འདི་ན་སྤང་། །མངོན་འདོད་གདོན་གྱིས་སྦྱིང་ཁམས་དབུགས་པ་ཡི། །སྟུངྱི་  
སྤར་ཞེས་བྱའི་དགོ་སྦྱོང་གཟུགས། །དོན་སྦྱོང་ཆོག་གི་སྤང་བ་སྤེལ་བ་ལ། །མངོན་  
དག་འདི་ཡིས་རང་ལ་ཆོག་ལ་བ་བྱས། །ཞེས་སྤྱད་འཕྱོར་ཆོག་གི་བྱ་མའི་རོལ་ཅེད་གྱིས་སྤང་བ་སྤྱོད་  
པའི་ངང་རྩལ་སྦྱོང་སྤྱོད་རང་ལ་ཆོག་ལ་བ་ཆོག་ལ་བ་བྱུང་འདི་ཡང་དང་སྤོང་ཆོད་པོའི་རྩལ་སྟུགས་པའི་འཛོལ་  
བོར་སྦྱོང་པ་སྟུངྱི་སྤྱང་རང་འཕོད་པས་བྲིས་པའོ། །

གྱུ་རྟོ། རྩུ་ཁམས་གསེར་དང་མཁའ་བཞིན་ཡོངས་དག་སེམས་གྱི་དབྱིངས་  
སྟུ་ཀུན་རྟོག་རྩུ་འདྲིན་ཅིར་ཡང་དགྱིགས། །སྤྱིད་འཕྱོར་བདེ་བའི་སྤྱང་ཆར་གྱིས་  
བསིལ་སྟུག་བསྐལ་གནམ་རྩུགས་ཐོག་དུ་བབས་པས་ཅིར་ཡང་གདུང་། །དར་  
བའི་གཡུ་འབྲུག་སྤྱད་གསང་སྤྱིར་རྩེས་རྩུད་པའི་སྟོག་གི་གར་མཁན་མ་ནི་ཅིར་ཡང་  
ཅེན། །འབྲུལ་བའི་མདོངས་མཐས་གར་སྟབས་དང་བཅས་སྤྱིག་པའི་དུག་གི་ལོ་  
མ་དག་ནི་ཅིར་ཡང་ཐོས། །དེ་རྩུད་པ་ཡོངས་གྱི་སྟོ་གཅིག་བདག་ལྟ་གཅིས་འདྲིན་  
སྤྱིན་སྤྱང་རོལ་བས་ཡིད་གྱི་མཁའ། །མོག་པོར་བྱས་འདི་ཐབས་ཤེས་ཅལ་གྱི་སྤྱི་  
སེར་སྟུར་པའི་འབྲུལ་འཁོར་གྱིས་ནི་བསལ་བྱས་ནས། །སྤྱིར་རྩེ་སྤྱོད་བ་ཉིད་དུ་  
ཞུར་པའི་འོད་སྤོང་ཟེར་གྱིས་སྤོངས་པའི་སྟན་པ་དུངས་སྤྱང་སྟེ། །ཤེས་བྱའི་དགྱིལ་  
འཁོར་ཡོངས་གྱི་བཞིན་རས་གསལ་བར་མཐོང་བའི་ཤེས་རབ་མིག་ནི་ཐོབ་ཤུར་ཅིག།

ན་མོ་གུ་རུ་བྱུང་། ཆོ་འདིའི་སྤང་བ་རིང་པར་མི་གནས་དེ་རིང་ཙམ་སྤྱི་  
སྤྱར་དུ་ཡལ། །བར་དོའི་སྤང་བ་མི་ཐོགས་འོངས་དེ་དོ་རྟུབ་མི་ལམ་རྩལ་གྱིས་

ཅ་ནེ་ཐ་མ་སྒོ་བཟང་ཁྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒོར།

འབྱུང་། །སྤྱི་མའི་སྤང་བ་མི་འགྲངས་སྤྱི་བ་སྤྱི་མའི་ཉིན་བཞིན་འོངས་པར་འགྱུར།།  
འབྲལ་གྱི་སྤང་བ་འཛོག་རེ་རན་ཏེ་དམ་པའི་སྒྲ་ཚོས་སྤྱར་དུ་མཛོད། །འཁོར་བའི་  
གནས་འདི་བཙོན་ར་དང་མཚུངས་བདེ་བར་བཙོས་ཀྱང་སྤྱག་གིས་ཟིན། །འབྲལ་  
ཀའི་གཉིན་འདི་གནས་མཐོན་དང་མཚུངས་རེ་ཞིག་འདུས་ཀྱང་རེས་པར་འབྲལ།།  
བསགས་པའི་ནོར་འདི་སྤང་ཅི་དང་མཚུངས་རང་གིས་བསགས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་  
སྤོད། །སྤྱི་མའི་ལུས་འདི་བརྟན་པོ་དང་མཚུངས་ཐང་གཅིག་ཏེན་ཀྱང་བྱ་ལ་སྤྱིན།།  
མཐོ་རིས་ཏེན་ཡང་ཆོགས་གྱིས་རྙེད་ཅིང་རྙེད་ནས་མི་བརྟན་སྤྱར་དུ་འདོར། །འཁོར་  
བའི་བདེ་བ་ཐང་གཅིག་སྤྱད་དེ་སྤྱད་ནས་མི་དོམ་སྤར་ཡང་གདུང་། །དེ་མྱིར་སྤྱིད་  
གསུམ་འདི་ན་ཐང་བྱ་ཐང་འོས་དངོས་པོ་འགའ་མ་མཆིས། །དེས་ན་ཐར་བའི་གོ་  
འཕང་སྤྱབ་སྤྱད་སྤྱབ་པར་ཆས་དང་འཆོངས་པར་འགྱུར། །ཡང་སྤྱུས་པ། འཆི་བདག་  
གཤེད་མས་སྒོ་ལས་ཀྱན་བགག་ན། །ད་ལྟ་ཉིད་དུ་མི་གསོད་གདོངས་ཁེལ་ཅི། །འདི་  
སྤང་བྱ་བཞི་ལས་མེར་འགྱུར་བ་དགའ། །ཡུར་ཀྱང་ཆགས་བཞིན་སྒྲོ་བཞིན་བཞག་  
ནས་འགོ། །འདི་དགར་ལ་ཆོག་ལབ་རྟ་སྤྱུས་པའོ། །

༡༡། །རིག་པ་སྤྱན་དང་གས་ཀྱི་ཆོག་གི་སྤྱོར་བར་སྤོབ་བསྐྱལ་སྤྱ་  
སྤྱི་ག་གསར་པའི་དྲི་བསྐྱང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གུ་རུ་སྤྱར་སྤྱ་སྤྱི་ཡ། རྒྱལ་ཀྱན་མོར་རྟོག་ཡི་ཤེས་འབྱུལ་བོ་ཆེ།།  
སྤྱི་དབྱངས་སྤྱ་མོར་སྤྱན་པ་དག་གི་སྤྱ། །སྤྱིང་ལ་དན་ནོ་བཅུ་ཕྱག་རིག་པའི་གཞུང་།།  
སྤྱི་བའི་སྤོབས་པ་ཟད་མེད་གཏེར་དུ་སྤྱུབས། །མཁུན་ཅལ་ཁྱ་རིས་བཀྱ་བ་སྤྱིན་  
གྱི་འཕྲིང་། །ཤིས་བྱ་ནས་མཁའ་ཁྱབ་པར་བརྟལ་བའི་སྤོང་། །ལུང་རིགས་དབྱར་

རྒྱལ་བའི་མཆོན་མ་སྒྲིང་ཁྱེད་ཡུང་ཙམ་དགོངས།  
 དང་སྒྲོང་ཆེན་པོའི་ཞབས་གྱི་བཀྲ་ཤིས་པའི། །རི་མོ་ནམ་པར་བཀྲ་བ་འདེགས་བཟོད་  
 པའི། །འཕགས་ཡུལ་སྟོ་ཤར་མཁས་པའི་སྟུན་ཆོག་ཤིང་། །གང་གི་མགྱིན་པར་  
 དལ་བསོ་མཁས་པའི་སྤུལ། །དབྱངས་ཅན་སྤྱོད་པོ་དབྱུག་པ་ཅན་གྱི་གཞུང་། །རིག་  
 བྱེད་ཀྱན་གྱི་མི་ལོང་གསལ་བ་དེར། །ཤར་བའི་སྟུན་དག་བྱེད་གཟུགས་མི་མཐོང་  
 བའི། །མི་དེ་མཁས་པའི་མདུན་སར་ལོང་བ་ཉིད། །སྒོ་ཡི་རྩལ་འཆང་དེད་དཔོན་  
 འདུས་པའི་བྱུར། །རིག་པའི་འཕྲུལ་གྱི་རྩོད་དག་བཀྲམ་པ་ན། །སྟུན་འཛིབས་  
 ཆོག་གི་ཅིན་མ་ཆིའི་སྤང་། །ཁོ་ནས་བཞིན་ལ་འདྲུམ་པ་སྟེར་བར་འགྱུར། །གཟུར་  
 གནས་དབྱོད་ལྷན་ཡིད་ནི་འཆིང་བྱེད་པའི། །རིགས་པའི་འཕྲུལ་གྱི་དོན་ཡོད་ཞགས་  
 པ་དང་། །མཁས་པའི་ས་སྒྲོང་གི་ལ་དབང་བྱེད་གྱི། །མི་བདག་དེ་ཁ་ཁྱེད་  
 པའི་ཆོ་ལོའང་ཡིན། །སྟིགས་མར་སྒྲོད་པའི་དུས་གྱི་ཅིག་ངོས་སུ། །སྟོབས་  
 འཁྱོར་ཆོན་བརྒྱས་ནམ་པར་སྤྱོད་པ་ཡི། །ཤེས་གཉེན་གཟུགས་གྱི་རི་མོ་ཆེས་  
 མང་ཡང་། །ལེགས་བཤད་སྤྱོད་པའི་རི་བ་ལ་མ་བརྟ། །དེ་སྤྱིར་ལེགས་བཤད་སྤྱོད་  
 ཅིའི་དགའ་སྟོན་གྱིས། །དབྱོད་ལྷན་བྱང་བའི་མགྱིན་རྩ་བརྟུང་འདོད་ན། །རིག་  
 པ་སྟུན་པའི་དག་གི་འོད་སྟོང་ཟེར། །ཅིས་ཀྱང་མི་འབྲལ་དགོས་པའི་སྟོགས་སུ་  
 ཆེ། །རྫོད་བྱེད་སྟུན་ཅིང་བརྩིད་ཆགས་ཉམས་ལྷན་པས། །བརྫོད་བྱ་ཟབ་བརྩིང་  
 སྤྱོད་ཆོགས་རྒྱན་དག་གིས། །བཅིངས་པས་འབྲལ་ལ་རྟོགས་དགའ་རྟོགས་པའི་ཆོ།  
 ལྷག་པར་ངོ་མཆར་བསྒྲིད་ལ་སྤྱང་བར་འཆོལ། །རྒྱལ་ཀྱན་ཡི་ཤེས་སྤྱོད་འཕྲུལ་མི་  
 ཡི་གར། །སྤྱིར་བ་ཆད་མའི་སྟོན་པ་འཇམ་མགོན་རྒྱུས། །ཆོག་སྤྱོད་རྩལ་ལ་  
 མཁས་པའི་དག་གི་དཔལ། །ས་སྤྱིང་རིན་ཆེན་གསུམ་གྱི་གངས་སུ་བགྱངས། །ལྷ་  
 རིག་པར་ཆེན་ཅན་གྱི་མིས་ཀྱང་། །མཁས་པའི་བྱ་བ་གསུམ་ལས་རྩོད་འཆད་དག།

མ་ངས་སྲིད་མྱིར་མི་འབྱུང་ཙམ་པ་ཞེས། །བྱ་བ་གསུམ་ལས་ཙམ་པ་ཅེ་མོར་བསྟུན།  
 དེ་ལྟར་ཙམ་པ་ལེགས་དང་མི་ལེགས་ཚུལ། །གང་གི་རྒྱུ་ལྟ་འགྲོ་ཐོག་མི་འབྱུང་  
 བར། །སྟན་ངག་སྦྱངས་དང་མ་སྦྱངས་ལ་རག་ཅེས། །ཆོད་ལྷན་མཁས་ཀྱན་  
 མགྲིན་གཅིག་དབྱངས་སུ་མཐུན། །དེ་མྱིར་དད་འདུན་གིང་རྟེན་ཁ་ལོ་བས། །འཕགས་  
 མའི་རིག་སྟོལ་འཆི་མེད་ལས་ཡངས་པོར། །རྟག་བཙོན་ཆ་ཟེར་བྱེད་པ་ཉིར་བྱངས་  
 ཏི། །སྦྱིད་ལུག་མཆན་མོ་རིང་དུ་བསྐྱད་པར་གྱིས། །དེ་སྐད་སྟན་ཆོག་སྒྲ་སྦྱི་  
 གསར་བའི་དེ། །སྟོན་ནས་ལྷན་སྦྱེས་ཁ་ལ་འབྱུང་མིན་པ། །རིག་ཚུལ་འདི་ལ་  
 རུང་ཞིག་ངལ་བ་ཡི། །ཆོངས་སྒྲས་བཞད་པ་དོན་རྒྱུ་ཕན་པར་སྒྲས། །ཞེས་རིག་བ་  
 སྟན་དང་གས་ཀྱི་ཆོག་གིས་སྒྲོར་བར་སྒྲོབ་བསྐྱུལ་སྒྲ་སྦྱི་གསར་བའི་དེ་བསྟུང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཡུལ་མདོ་ཁམས་ཅིན་དཔལ་  
 གྱི་ཡོངས་འདུའི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་དབྱུངས་པ་ཀྱང་བཅང་འཕྲིམ་པ་ལྟ་སྒྲུབ་ནས་པ་ཁང་རྒྱལ་མཆན་གྱིས་སྟན་ངག་སྒྲོབ་སྐབས་  
 རུང་ཞིག་སྦྱིད་ལུག་སྦྱེས་དེ་འཕྲོ་འཛོག་པར་ཙམ་པ་ནས་སྟོན་སྒྲུབ་སྒྲོབ་པ་རྒྱལ་མཆན་གྱིས་སྟན་ངག་སྒྲོབ་སྐབས་  
 པས་རང་ལོ་བཙུགས་གཉིས་དང་བཀྲའིས་ཀྱི་བྱངས་ལ་སྒྲིབ་པའི་ས་ག་རྒྱ་བའི་ཡར་ཆོས་ཀྱི་དགའ་བ་དང་པོའི་ཉིན་ཁོར་དེ་གི་  
 སམ་ཁར་ཤར་མར་སྦྱེས་དེ་སྒྲོབ་བསྐྱེད་པའོ། །

༄༅། །ཀྱ་ལི་ལུགས་སྟོག་ལས་བཙམས་པའི་ཆོག་གི་སྒྲོར་བ་  
 འདི་སྦྲང་གཉིད་ལས་སྒོང་བྱེད་འཆི་མེད་ར་སྒྲ་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་ལྷ་རུ་ལོ་གེ་ཕྱ་རྒྱ་ཡ། རྒྱལ་ཀུན་བཙེ་ཆེན་རུར་སྦྱིག་རོལ་བ་  
 ཡི་རང་གཟུགས། །བཀའ་དྲིན་འཁོར་མཐའ་མེད་པ་དྲིན་ཅན་གྱི་སྒྲ་མ། །ཨ་མ་  
 རྒྱ་ཉིར་མེམས་སུ་གཉིས་མེད་དུ་རོལ་ནས། །དེ་ཅང་ཆོག་ལ་ཞེན་བདག་ལྷུར་བ་  
 རུ་སྒྲོབས་ཤིག །ས་སྤྱང་གསུམ་སྟན་གཡོ་བ་ཆོས་གྲུ་འདིར་ལུགས་ནས། །ཤ་



ཐང་འབད་པ་དག་པོས་སྒོའ་གཉིས་ལ་བརྩོན་ཀྱང་། །ལ་འབྲད་རྩལ་པའི་བར་དོར་  
 ལམ་བརྒྱལ་མི་མེད་དོ། །ར་ལུག་བཤན་པས་བབྱང་བཞིན་འཆི་དགོས་འདིས་  
 སེམས་འཆོར། །ཡ་ཡོ་མེད་པའི་འཆི་བདག་ཉག་ཐུན་དེ་སྤུས་ཁེགས། །འ་འུར་  
 ལྷན་པའི་ཆིག་འབྲུས་སྤྱུས་ལ་ཁད་སྤྱང་དོ། །ཟུང་འཆི་བདག་རྒྱལ་པོའི་མདུན་  
 ས་རུ་སྒྲིབ་ཆོ། །ཞ་པོ་ཚུལ་བྱིམས་རྒྱང་ཉམས་ངན་སོང་དུ་སྒྲོད་ཡ། །མ་སྤྱེས་  
 འཕྲོག་བྱེད་སྤར་མོས་མཚན་བཞིན་དུ་འདུག་པ། །རྩ་ལང་རྟག་པར་འདྲིན་པའི་སྤྱིག་  
 སེམས་འདིས་མ་ཆོར། །ཆ་གངས་འཐབ་པས་ལུས་སེམས་འབྲེལ་བ་འདི་ཆད་  
 ཆོ། །ཅན་ཀ་ཡི་ཆད་ཅམ་སེམས་གདེངས་ཤིག་ཨེ་ཡོད། །མ་མོའི་རྒྱལ་པོའི་  
 ཞགས་པས་ཟིན་པ་རུ་འདུག་པ། །བ་ལང་མཐུག་མ་མེད་ཁྱོད་མ་ཤེས་པར་འདུག་  
 གོ། །པ་མེས་ནགས་སུ་ལུས་པོ་སྒྲིལ་ལ་ཁད་སྤྱང་བས། །པ་རུར་སྒོམ་པའི་  
 སྤྱན་ཁྱོད་ཞིབ་བསམ་ཞིག་གཏོང་རན། །ན་འཆིས་འདྲིག་དེས་ལས་ཉོན་སྒྲིབ་  
 ཡིས་འབྱུང་བས། །ད་ལྷ་ན་མེད་བདེ་དུས་སོས་དལ་དུ་བསྡད་ན། །ཐ་མར་ས་  
 རོལ་སྤྱུས་ཆེན་འདེགས་པ་ཡི་སྐབས་སུ། །ད་ལྷ་ག་དྲ་ཡིས་ཀྱང་སྒྲོའ་ཐབས་དང་  
 བལ་ཡོ། །ན་བཞི་བསྐྱམ་ཆོ་འདྲིགས་མེད་གདེངས་བྱོད་ཞིག་ཡོད་ན། །རྩ་ཉོང་  
 ཏུར་སྤྱིག་གོས་འཆང་དོན་གོ་རང་བྱུང་དོ། །ཆ་ལུགས་འདི་ཀས་སྤར་བཞིན་འདུལ་  
 བ་རུ་བྱེད་ན། །ཅ་ཅའི་འོ་དོད་འཁོད་པའི་གནས་སྐབས་ཞིག་འབྱུང་དོ། །དང་  
 ཟེར་པའི་གཅེས་ཐུག་ཕྱི་མ་རུ་སྒྲིད་སྤྱུག །ག་འདྲ་ཁྱོད་བ་རང་སྒོར་རྟོག་དཔྱོད་ཞིག་  
 གྱིས་དང་། །ཁ་བཤད་མཁས་པར་འདོད་པའི་དུས་ཆོད་ཅིག་ཨེ་ཡིན། །ཀ་བ་ལྷ་  
 བུའི་སེམས་མེད་མིན་ན་ནི་སྤྱིམ་དགོས། །སྤྱོ་སོར་འབད་པ་དོན་མེད་ཆུད་ཆོས་  
 སུ་ཐལ་ཡོ། །ད་ནས་ཀུན་སྒོང་དག་པས་ཟིན་པ་རུ་བྱས་ནས། །ཐོས་བསམ་སྒོམ་  
 ས་གཅིག་དེལ་སྒོན་བྱོན་གྱི་ནམ་ཐར། །སྒོ་རྒྱས་རི་ཡོད་གང་ཡོད་ཡིད་སྒོན་རི་བྱའོ།

ཅོ་ཅེ་ཐུ་མ་ཐོ་བཟང་ཀྱི་མཆོད་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒོར།

ཆེག་འབྲང་བསྐྱར་ལ་སྒོ་ཕྱོས་ཙལ་བཟང་ཞིག་ཡོད་མདོག་། དོན་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་  
ཤུག་ཆེ་གྱུ་ཙམ་མེད་པས། བྱི་མའི་འགྲོ་ཆས་ལྷ་ལས་མཆོ་སྐྱིས་བཞིན་སོང་འདིས། །  
སེམས་པ་སྒྲོ་དེས་བྱུང་ཀྱལ་སྐྱུག་ཡུས་སྐྱུས་སོ། ། ཞེས་ཀྱི་ལི་ལུགས་ཐོག་ལས་བརྩམས་  
པའི་ཆོག་གི་སྒྲོར་བའདི་སྐར་གཉིད་ལས་སྒོར་བྱེད་འཆི་མེད་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་འཕམ་སྐར་གིས་པའི་ཤིང་གི་ཆར་ཆོང་  
འབྲིགས་པའི་འཁོར་བའི་ནགས་སྒོར་ཡངས་པོར་ཟེད་གཙན་གཟན་གྱི་ཁར་རྒྱ་འབྱུལ་བྱེད་ཅིང་ཆོག་གི་མདོག་འབྱུང་ལ་  
མདོན་པར་དགའ་བའི་བྱིས་པ་བསམ་མེད་སྐྱིས་སྐྱུངས་འདོད་པས་ཐང་གཅིག་ཡུང་ཙམ་གྱི་འཆར་སྒྲུབ་ཞགས་ལྷ་བྱུང་དེ་  
སྐར་ཡང་དཔྱད་ནི་དུ་སྐྱུག་གིས་སྐྱུ་བྱིས་པའོ། །

## ༡༡། བྱིས་སེམས་སྐྱེམས་པའི་མགོ་འཕང་བདེགས་པ་གནོན་ བྱེད་མི་རྟག་སྤོང་པའི་འཛིགས་གཞུགས་ཞེས་བྱ།

ན་མོ་གྱུ་རུ་ལྷ་རུ་ལོ་ཀེ་བྱ་རྒྱ་ཡ། ཀྱ་ཡི་ཤེས་པར་རྫོང་པའི་མགོ་འཕང་  
མཐོ། །ཁ་ནས་ཆེག་འབྲང་མ་སྒྲོར་དོན་ལ་སེམས། །ག་འབྲུ་འདུག་པ་རང་གི་  
སེམས་ལ་རྟོག་། །ང་རྒྱལ་དག་པོའི་དབང་དུ་འགྱུར་ཉིན་གདའ། །ཅ་ཅའི་མེར་  
རགས་རྒྱག་ལ་དགའ་བ་འདིས། །ཆ་ཙམ་སྤྱིང་པོས་དབེན་པ་འདི་ཀའི་ཕུར། །ར་  
ཁའི་རལ་བ་གཟེངས་པའི་གཤིན་རྗེ་ཡིས། །ན་མོ་ལྷགས་ཀྱུས་རི་བཞིན་འཛིན་  
ཉིན་གདའ། །ཏ་མ་ལ་སྤྱིང་འཕུར་བའི་འདབ་ཆགས་ཀླང། །ཐ་གུ་དམ་པོས་ས་  
ལ་བརྟོད་པ་བཞིན། །ད་ཀོ་གདན་གྱི་སྒོད་གནས་དཔྱལ་ཁམས་དེར། །ན་ཀ་འཆི་  
བས་སྐྱར་དུ་བདས་ཉིན་གདའ། །པ་ཏ་ལྷ་བུར་ལས་གྱིས་སྤེལ་བ་ཡིས། །པ་མ་  
གཉིན་མདུན་རང་སྤེ་རིམ་འཆི་ཡང་། །བ་སྐྱ་གཡོ་འགལ་ཙམ་ཡང་མེད་པ་འདིས། །  
མ་རུང་རྟག་འཛིན་གདོན་གྱིས་བསྐྱུ་ཉིན་གདའ། །ཅ་དུར་འབྱུང་བ་འབྲུགས་པའི་

ནད་རིམས་གྱིས། །ཆ་བ་ལ་འདས་གང་བ་གཏིང་ཁོལ་དུས། །དྲོ་ལང་བྲེགས་  
 པའི་སེམས་འཕང་དམའ་ཡང་འབྲིས། །མ་མོ་རྩི་ཡིས་ཟིན་བཞིན་འགྱུར་ཉེན་གདའ། །  
 ཞུ་ལྷར་གཙུག་དུ་བཀྱར་བའི་བཀྱར་སྒྲིར་རེ། །ཟུ་མ་རྣོར་ལ་ཨ་འཐས་ཞེན་ཅིང་  
 ཆགས། །འབྱུར་སྒྲན་པའི་གྲགས་པར་དགའ་བ་འདིས། །ཡང་གཤིན་རྗེའི་བྲིམས་  
 རར་འབྲིས་ཉེན་གདའ། །ཨ་ཏོ་བཟང་པོའི་ཐོས་དོན་བསམ་སྐབས་བུལ། །གྱི་  
 མཚོའི་གླིང་ནས་སྤོང་ལོག་ཚོང་བ་བཞིན། །སྤྲིན་མོ་ལག་པ་སྤོང་བར་འགོ་ཉེན་  
 གདའ། །ངེས་པར་རང་ལ་གཅེས་ཤིང་ཕངས་བདེན་ན། །མི་ཐོགས་ལྡོག་པ་མེད་  
 པར་འོང་འགྱུར་བའི། །མི་དྭག་འཆི་བ་འདི་ནི་ཉེན་རེ་བཞིན། །དོ་གལ་ཆེན་པོས་  
 ཡང་ཡང་བསམ་པའི་རིགས། །ཞེས་བྱིས་སེམས་སྒྲིམས་པའི་མགོ་འཕང་བཞིགས་པ་གཞོན་བྱེད་མི་དྭག་  
 སྤྲིན་པོའི་འཛིགས་གཞུགས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཚོས་གྱུར་ཁས་ལེན་འཛིན་སྐབས་སྤྲོ་ལོ་གྱིས་ཁེངས་པས་བསྐྱས་འཚོས་བྱས་པ་  
 ལ་བཞེན་ཁྱོད་ལྟུང་འདི་འདྲ་བྱེད་ན་བདག་ཉི་ཁྱོད་ལས་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་ལྷག་གོ་སྐྱེས་པའི་སྤྱོ་ཞིག་ཐོལ་གྱིས་སྐྱིས་ཀྱང་མི་  
 དོམས་པའི་འཕྱུ་མཐུངས་དང་བཙས་ཏེ་ཤགས་ཤིག་བརྒྱབ་པས་ཐམས་ཅད་བཞད་གད་ཐལ་ལེ་བུ་བྱུང་བས་པེའོ་ལ་དོག་ཚོངས་  
 ཉེས་ལ་བསྐྱད་སྐབས། །ཤགས་དན་མ་གྲོག་ཞེས་པ་དང་འགལ་སྔོང་སྐྱེས་པ་ལས་མ་སྐྱིས་ཀྱང་རང་ཤག་དུ་སྐྱབས་ནས་བསམ་  
 སྤྱོད་དང་སྐབས་སྤྱོད་སྤོང་གི་མགོ་ནས་མཐུག་པར་ཚིག་རེ་ལ་འང་མ་འགལ་བ་མེད་པ་ལྷག་ཀྱང་གྱུར་པས་མ་ཉམ་མེད་རྗེའི་བོ་ཆེན་  
 པོའི་གདམས་ངག་ལ་ངེས་ཤིས་ལྷ་སྐག་དུ་སྐྱིས་ཤིང་རང་ཉིད་འདི་སྤྱང་སྤྲིན་མོའི་འཕྱུ་མིག་བསྐྱས་ཏེ་ཚོས་གྱི་སྒྲོར་མ་ཆུད་  
 པ་མི་དྭག་པ་མ་བྱན་པས་ལན་པར་འདུག་སྐྱེས་སྤྱོད་ལ་ལེ་ལན་བདའ་བའི་ཚིག་འདི་ཐལ་བ་སྐྱར་བྲན་པའི་རྟོན་དུ་སྤྱི་སྤྱི་  
 དར་འཕོད་པས་ཡིག་རིས་སྤྱུ་བོད་པའོ། །

༡༡། །སྤྲིང་ནས་ཡིད་དྲོན་པའི་སྤྲིས་བྱ་ལ་དག་བཞེད་གྱི་རི་མོ་སྤྲ་  
མྱི་ཀའི་འཆུན་འཕྲུང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་ག་རུ་ཞུ་ཡོ་གེ་བྱ་རྒྱ་ཡ། རྒྱལ་ཀུན་གསང་གསུམ་འབྲས་དཀར་  
ཡོད་དོ་ཅག །གཅིག་དུ་སྤྲངས་པའི་ཆོས་བྱ་ཅིན་ཅན་རྩེ། །སྤྲུམ་གཅིག་བསྐྱལ་  
བཟང་ཐུབ་བསྟན་དབང་ཐུག་དཔལ། །ཡབ་སྐུས་བཀའ་འདིན་དན་ཞོ་བཙེ་བས་སྤྲོངས།།  
ཀ་ཡི་དཔྱོད་ཐུན་དག་དབང་རྒྱ་མཆོ་ཁྲོད། །ཁ་ཙམ་མིན་པར་སྤྲིང་ནས་གྲུས་ཚུལ་  
གྱིས། །ག་འདྲ་ཞིག་ལ་ཆོ་འདིར་འབད་དགོས་ཚུལ། །ང་ལ་བཞེད་པའི་རི་མོ་  
དགོས་སོ་ལོ། །ཅ་ཅོད་ཆེག་གི་སྤོབ་གཉེར་ཙམ་ཞིག་ལས། །ཆ་ཙམ་དོན་ལ་  
མ་རིག་མན་བ་རྒྱུད། །རྩ་དང་འོ་མ་བྱ་རམ་མངར་བའི་བྱུད། །ཉ་རྒྱུད་བསྐྱེས་  
བ་རྒྱུད་བས་ག་ལ་ཁྲོད། །ཉ་ཐུག་ཉའི་གསུང་རབ་རྩི་སྟོད་པ། །ཐ་ཚོལ་སེམས་  
རྒྱུད་འདུལ་བའི་ཐབས་ལགས་པས། །ད་ལྟ་ནས་བརྒྱུད་རང་རྒྱུད་ལ་བསྐྱོར་ནས།།  
ན་ག་འཆི་མེད་བསྐྱུབ་པའི་ཐབས་སུ་བསྐྱུར། །པ་སངས་ལྟར་དཀར་ལྷག་པའི་བསམ་  
བ་ཡིས། །ཕ་རོལ་ལོག་དྲོག་སེལ་བྱིར་ཚོད་པ་ལས། །བ་སྤྲུམ་ཙམ་གྱི་ཕན་སེམས་  
མེད་པའི་སྤྲིང་། །མ་ལུས་དགེ་རྩ་བསྐྱེད་བྱེད་རྒྱུད་རིང་སྤྲོངས། །ཅ་ཀྱན་གསུམ་  
དགོངས་འབྲེལ་བཀའ་ཤོད་ལྟར། །ཆ་གང་རལ་དུ་བྱུང་བསད་འབད་བ་ནི། །རྩ་  
ཡའི་གོ་འཕང་བཟོད་ལ་སྤྲུར་བའི་འགྲོས། །ཐ་ལེར་ལག་དུ་སོན་པ་འདི་ལ་འབྱུངས།།  
ལུ་སེར་བསྟན་པ་དགག་སྤྲུབ་གནད་ཆང་བ། །ཟ་འོག་རི་མོ་མ་འདྲིས་གསལ་ལ་ལྟ་  
བུར། །འ་ཙག་ཐོས་བསམ་བྱེད་པའི་སྤྲུམ་རྟོད་པ། །ཡ་མཆོན་སྤུལ་བ་འདི་  
ལས་ལྷག་པ་ཅི། །རྩ་ལྟར་གྱོད་པའི་སེམས་ལ་སེན་མོ་ཞིག །ལ་གོར་ཞེ་ཐོགས་

བལྟ་བ་ཆོག་བརྒྱའི་མདོ། །ཤུལ་སྤྱིང་གཏམ་ཀྱན་གྱི་དོན་པོ་དེ། །ས་ལེ་སྤྱུམ་  
བཞེན་སྤྱིང་གིས་གཅེས་པར་བྱངས། །ད་ཅང་སྒོ་སྤྱིང་མང་བསྐྱུངས་བྱས་ཏེ། །ཨ་  
མྱོ་དྲ་འདྲའི་དམ་ཚེས་བདུད་ཅིའི་རོ། །འབྱུངས་ལ་དོམས་པ་མེད་མཛོད་ཐོས་པ་  
ཡིས། །ཆོག་མི་ཤེས་པ་ཆོས་ཤེས་ཆད་དུ་གསུངས། །ནམ་དཀར་བྱ་བ་བྱངས་  
མཐའ་མ་མཆིས་ཀྱང་། །རྒྱ་ཆེན་ཐོས་པའི་ལམ་ནས་རང་གི་རྒྱད། །ཡོན་ཏན་  
གཏེར་དུ་བསྐྱབ་པ་གལ་ཆེ་གཤིས། །འདི་ལ་གཙོ་བོར་འབད་ན་ལེགས་སམ་སྟུམ། །  
ཞེས་སྤྱིང་ནས་ཡིད་དྲོད་པའི་སྤྱུམ་བྱུངས་པ་ཤིག་གི་རིམ་སྒྲིག་འཛུལ་འཕུང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནིར་གཤིག་སྤྱུག་ནམ་པར་དཔྱད་  
པའི་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་ཡའོང་བཞུགས་བྱུང་བཀའ་བརྒྱུ་ཆོས་བདག་ལྟོས་མང་པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱ་བ་གཤིག་ལྟོས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མི་འདུག་  
པས་ཆེད་ལ་འོར་བྱ་བཀའ་ལ་འབད་དཔོན་གྱི་གསུང་ཤིག་ཡིག་ཤིག་བཞིན་ཀྱང་དཔོན་ཞེས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསྐྱབ་མ་རྒྱུ་ལ་  
ཆམ་བྱས་པའི་དོར་སྤྱི་སྤྱིར་འོད་པས་ཐོལ་བྱུང་དུ་སྤྱུམ་པའི་ཡིག་བཞི་སྤྱུམ་པའི་ཉིད་གྱིས་བཞིས་སོ། །

## ༡༡། །རི་འབྲས་ཉི་མ་འདྲན་པའི་སྐྱེ་རངས་འོད་གྱི་སྤྱང་བ་ ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་ལོ་གེ་ཤ་རྒྱ་ཡ། །ཀྱ་ཡི་འདིར་སྤྱང་བྱ་བཞུགས་པར་རྒྱབ་དུ་བསྐྱར་  
ནས། །ཁ་ཞེ་མེད་པར་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་ཤིག་བྱས་ན། །གཤེད་སྒོ་བྱར་སྐྱས་ཆེན་  
འདེགས་པ་ཡི་སྐབས་སུ། །ང་ཅག་སེམས་ལ་འདྲིན་རྒྱ་ཅུང་ཟད་ཅིག་ལོས་ཡོད། །  
ཅེ་ཅོའི་འདུ་འདྲིས་དཔེན་པ་རི་བོ་ཡི་སུལ་དུ། །ཆ་ལུགས་འདུལ་བར་བསྐྱར་ནས་  
འསྐལ་སྤྱང་གི་བྱ་བྱེད། །ར་རོ་རི་བཞེན་དོར་ཏེ་སྒོ་བྱོས་གྱི་བང་རལ། །ཉ་བཞེན་  
བསམ་སྒོམ་མཚོ་མོར་འབྱུག་པ་ཞིག་བྱུང་ན། །དྲུ་ལའི་འདབ་ལྷར་རྒྱས་པའི་དཔལ་  
འབྱོར་ཀྱན་མི་རྟག། །ཐ་མར་བསྐྱེ་ཞིང་འབྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་དུ་སྤྱང་བས། །ད་

ནས་བསྐྱེ་མེད་དམ་པའི་ལྷ་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་ནས། །ན་ག་འཆི་བས་གདུགས་ཆེ་འགྲོད་  
མེད་ཞིག་ལྷུང་ན། །པ་ར་མི་ཏའི་སྤྲུལ་དོན་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་ཚོར་བ། །པ་གཅིག་  
འཇམ་དཔལ་སྤྱིང་པོས་འབྲེང་རྒྱུད་དུ་བསྐྱར་བ། །བ་མོ་སྤོང་གི་འོ་མའི་ཉིང་ཁྲ་  
བཞིན་བཅུད་བསྐྱས། །མ་ལུས་རྒྱལ་བའི་དགོངས་བཅུད་སྤྱིང་རོར་དུ་ཐོབ་ན། །ཙ་  
གོ་ར་ལྟར་དང་ཉེ་བའི་རི་སྐལ་དུ་གནས་ན། །ཆ་ཟེར་བྱེད་པའི་འགྲོས་བསྐྱེན་ངེས་  
བཟུང་གི་མཐུན་བཅད། །ང་ཡ་སྤྲུལ་བཅས་དབྱེས་བསྐྱེད་སྐྱབ་པ་ཡི་མཆོད་པས།  
མ་ལེར་མེས་ལ་ཡར་བསྐྱེད་མཐོན་པ་ཞིག་ལྷུང་ན། །ཞུ་མེར་བཀའ་གདམས་  
གསར་མའི་གནའ་བོ་ཡི་ལུགས་སྒོལ། །ཟ་ཟེར་འདུ་ཡོང་བསྐྱེད་བཀྱར་འཆིང་བྱེད་  
ཀྱི་ཞགས་པ། །འ་ལུར་སྐྱེན་གྲགས་བདུད་ཀྱི་གཡལ་མོ་རུ་དགོངས་ན། །ཡ་  
མཆོན་ལྷ་ཆོས་སྐྱབ་པའི་ནམ་ཐར་བཞིན་ལྷུང་ན། །རུ་ལྟར་གྲོང་བའི་སེམས་རྒྱུད་  
རྒྱབ་མོ་འདི་དོར་ན། །ལ་ལུར་ཐེག་པ་མཆོག་གི་གཞུང་ལམ་ལ་ཞུགས་ནས། །ཤ་  
རུས་གཉིང་ནས་གཡོས་པའི་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྗེས། །ས་གསུམ་འགྲོ་བ་ཡོངས་  
ལ་སེམས་བཟང་ཞིག་ལྷུང་ན། །ཏ་ཅང་མ་དུ་ལ་སྒོ་གསུམ་ཐ་ཆོད་ཀྱི་ཞིང་སར།  
ཨ་ནི་ཤ་དང་འཇམ་མགོན་སྐྱེན་བརྒྱུད་ཀྱི་བདུད་ཅི། །ཁྲ་མ་ལྷ་ཡི་བྱིན་རྒྱལ་ཡུར་  
ལམ་ནས་དངས་ན། །རྟོགས་པའི་ཐུ་གུ་ད་ལྷ་སྤྱིན་པ་ཞིག་ལྷུང་ན། །སྒོ་སྒོས་  
དོ་ལེབ་ཡངས་པའི་ངོས་ཉིད་དུ། །རེ་འབྲས་བཟང་བོ་སྤྱིན་པའི་རི་མོ་འབུམ། །བསམ་  
རྒྱ་བསྐྱེད་དེ་འགྲི་བའི་ངལ་བསྐྱེན་པ། །མཆོ་བྱུང་མགྱིན་པའི་དོར་རར་ཅེན་དེ་འོ།  
ཞེས་རེ་འབྲས་ཉིམ་འབྲེན་པའི་རྒྱ་རིང་ས་འོད་ཀྱི་སྐར་བཞེས་བྱ་བ་འདི་ཞིག་ཙུག་ཙུག་ཆོ་ལྷ་རིམ་གྱལ་གྱི་ཡོད་དེན་  
ཞུ་མེར་རྒྱབ་རྒྱུད་ཀྱི་བསྐྱེན་པའི་གཡུབ་ཆེན་ཆོས་རྗེས་མཆོག་སྐྱབ་པའི་གནས་པུ་རྒྱ་འདུག་ཙུག་ཙུག་སྤྱི་རུ་སྤྱི་རུ་སྤྱི་རུ་  
འདུན་ཅིག་ཅིག་པས་དཔྱད་ས་སུ་བྱེད་པའོ། །

༡༡། །མ་ཆགས་འཕགས་པའི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཏྲས་སྤྱིར་རང་  
ལ་བསྐྱལ་བའི་སྤྱིར་གདམ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གུ་རུ་ཨྲུ་ལོ་གེ་ཤ་རྩ་ཡ། །ཀ་ཡེ་རྟོག་གིར་ཞེན་པས་མི་ཚེ་ཀུན་  
ཐལ་བ། །ཁ་བཤད་སྤྱི་བར་ཞེན་པ་ཨ་འཐས་འདི་བཞག་སྟེ། །ག་ཡེར་བསམ་  
སྒོར་རང་གི་རྒྱུད་སྤྱིར་དུ་བསྒོར་ནས། །ང་ཡིར་འདྲིན་པའི་ཞེན་སྒྲངས་ཅུང་ཞིག་  
རང་སྒོད་དང་། །ཅ་ག་རི་ཙམ་བསགས་པའི་ཡོ་སྤྱད་ཀྱི་ནང་ནས། །ཆ་ཙམ་འབྱུར་  
དབང་མེད་པའི་དུས་ཚོད་ཞིག་འབྱུང་གི། །ཇ་ཁའི་རལ་བ་གཟེངས་པའི་གཤིན་རྗེ་  
ཡི་ཞགས་པས། །ན་མོ་ཐུགས་ཀྱས་རི་བཞིན་འདྲིན་ཚུལ་ལ་རྟོག་དང་། །ད་ཐུ་  
ག་ཏའི་རྗེས་བཞུགས་སྒོམ་གསུམ་གྱི་བཅས་མཚམས། །ཐ་སྟོད་སེམས་འདིས་  
བག་ཡངས་གང་དགའ་རུ་བཏང་བས། །ད་ལྷ་བཤགས་སྒོམ་སྤྱིར་བཅས་ཤུགས་  
དག་གི་སྒོར་ནས། །ན་འཆི་བྱུང་ཆེ་འདྲིགས་མེད་གདོངས་ཐོབ་ཅིག་གིས་དང་། །པ་  
བ་སངས་ལྷར་རབ་དཀར་ལྷག་བསམ་གྱིས་ཀུན་བསྐྱངས། །པ་རོལ་འགྲོ་བའི་དོན་  
གྱི་ཁྱར་མྱི་ཀུན་ཐེག་པའི། །བ་མོ་ཀུན་ཏ་ལྷར་དཀར་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་མཚོ་ག།  
མ་ལུས་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་འབྱོངས་པ་ཞིག་མཛོད་དང་། །ཅ་རྩར་འབྱུང་བ་འབྱུགས་  
པའི་ནད་རིམས་དང་བལ་ཞིང་། །ཆ་གང་གདུང་སྒྲོལ་ཟས་གོས་གནས་མལ་གྱིས་  
མ་དུབ། །ཇ་ཞེས་གཤིན་རྗེའི་མོ་ནས་མ་བཀུག་པའི་གོང་འདིར། །ཐ་སྤྱིར་དུད་  
འགྲོའི་སྒོད་ལམ་ཁྱད་ཐོན་ཞིག་གིས་དང་། །ཞུ་གོས་རྒྱལ་བོ་ཕྱག་དར་བོར་བ་ནས་  
ལེན་ཞིང་། །ཟུ་མོགས་བཅུད་བལ་ཟས་གྱིས་འཚོ་དགོས་རང་བྱུང་ཡང་། །འ་  
ཅག་ཚོག་ཤེས་དམ་པའི་རྣམ་ཐར་གྱིས་རྗེས་ཞུགས། །ཡ་གའི་སངས་རྒྱས་ས་དེར་

ཅོན་མ་མོ་བཟང་ཀྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒྲོང་།

འཕེན་པ་ཞིག་ཐོངས་དང་། །རྩ་ཡིག་གཉིས་པ་པརྫོའི་དོར་རུ་ཅེན་བཞིན། །ལ་  
ལུང་འབྲམས་ཏེ་ཁམ་ཟས་སྒོར་དགོས་རང་བྱུང་ཡང་། །བྲུའི་རྗེས་འཇུག་གནའ་  
པོའི་བཀའ་སློལ་དུ་འདུག་པས། །ས་སྒྲིང་མི་ཡི་འཕྱ་ཡང་དེ་ཀ་ལ་སྒྲོན་དང་། །ཏ་  
ཅང་ཞེན་ཆགས་དམ་པོའི་སྒོ་ངན་འདིས་བསྐྱང་ནས། །ཨ་ཏོ་སྒྲོལ་གསུམ་བཅས་  
པ་ཕལ་ཆེར་དང་འགལ་སོང་། །ད་ནི་མ་ཆགས་འཕགས་པའི་རིགས་གཞི་ལ་གནས་  
ནས། །དགེ་སྦྱོང་ཆོས་བཞི་བདག་གིར་བྱེད་པ་ཞིག་མཛོད་དང་། །ཞེས་མ་ཆགས་  
འཕགས་པའི་རིགས་ཀྱི་རྩམ་པ་བཟླས་ཏེར་རང་ལ་བསྐྱུལ་བའི་སྒྲིང་གཏམ་ཞེས་བའདི་ཡང་ཆོས་གྲུ་ཆེན་པོ་བཀྲའི་ས་རྩམ་  
པོ་དང་གཞན་ཡང་གནས་སྒྲོང་ལམ་གྱི་དགོན་སྡེ་ཆེན་འགའ་ལ་བསྒྲུན་པ་ཀྱང་ཅུང་ཞིག་བྱ་འདུག་གི་ཆོག་སྟེ་ད་དང་འགྲོད་  
པ་བྱུང་ན་མི་ལགས་སྐམ་སྟེ་འོར་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་བསྐྱུལ་བའི་ད་སྐབས་སེམས་ཀྱི་འཆར་སྒོ་ཡིག་རིས་སུ་བྱུ་རྩྱ་རས་  
ཕལ་པོ། །

༄༅། །གཞན་དོན་ལྟར་སྤྱང་གིས་འདུ་ཡོང་ཟ་ཟེར་མང་པོས་ཞག་  
གི་འཁོར་ལོ་ཡུད་ཡུད་འདའ་བའི་སྐབས་སུ་རང་གིས་རང་ལ་ཆིག་  
ལའ་དུ་སྒྲུས་པའི་སྒྲིང་གཏམ་ཞེས་བྱ་བ།

མོ་གུ་རུ་ལོ་ཀེ་ལྷ་རྩ་ཡ། །ཀྱ་ཡི་ཆོས་སེམས་མ་འདེས་ཆོས་པའི་གཟུར། །  
ཁ་བཤད་ཀྱི་འབྲམས་མཁས་ཀྱང་ནི་ཅོའི་ཆིག་ །གཤེད་སྒྲུས་ཆེན་འདེགས་ཆེ་དེས་  
ཅི་པན། །ད་རོ་དང་བཅས་བྱང་ལག་འཐབ་དུས་འཕྱིས། །ཅ་ཅོའི་ཅོད་འཕེན་ལ་  
ཞེན་མི་ཆེ་ཐལ། །ཆ་ཅམ་སེམས་ལ་འཛིན་རྒྱུའི་གདོངས་བྱོད་དཔེན། །ཟ་ཏོར་  
དུར་སྒྲིག་གོས་འཆང་དགོས་པ་སྟོར། །ཉ་བཞི་བསྐྱམས་ཆེ་འགྲོད་ཆེན་མེས་བསྐྱེག་  
སྐམ། །ཏ་ཐུ་ག་ཏའི་བསྐྱན་པ་ལྷ་བསྐྱུས་ག །ཐ་མའི་དུས་འདིར་ལོང་བས་སྒྲང་



ཅ་ནེ་ཐུ་མ་ཐོ་བཟང་ཀྱ་མཆོའི་གཞུང་ལས་ལྷ་མགྱར་གྱི་སྒོར།

ར་བཞིན། ཏ་ལྷ་ལན་གཅིག་ཟིན་པ་ཨེ་མ་མཆར། ན་མེད་བདེ་བའི་དུས་འདིར་  
འབད་པར་རིགས། བ་ཏ་ལྷར་འབྲིལ་འཁོར་བའི་གནས་འདི་ན། བ་རོལ་སྐྱས་  
ཆེན་མི་འདེགས་སུ་ཞིག་མཆིས། བ་ཐང་ལྷར་མོངས་བདག་ལ་སེམས་མེད་ཟད།  
མ་འདྲུག་ད་ནས་འཆི་ཆས་ཆགས་སུ་གྱིས། ཅ་ཏུར་འབྱུང་བའི་ཁམས་གྱི་འདྲ་  
བ་སྒྲོམས། ཆ་གང་གདུང་སྒྲོལ་གོས་ཟས་ཆེགས་མེད་རྟེན། ཇ་ཞེས་གཤིན་  
རྒྱུ་མོ་ཉས་མ་ཟིན་གོང་། ཉ་ལེར་མི་འདྲིལ་ཐོས་དོན་བསམ་སྒྲོམ་འབྱུངས། ཊ་  
བཞིན་སྐྱེ་འགྲོའི་མགོ་ནས་གནོན་བྱེད་པ། ཋ་བྱེད་འཆི་བདག་རྒྱལ་པོའི་དཔའ་  
རྒྱལ་དེ། ཌ་འུར་འདི་སྤང་གཡང་བའི་གོ་སྐབས་གང་། ཌྷ་མའི་གྲོང་དུ་འགྲོ་  
ཆས་སྤར་དེ་སྐྱབས། ཎ་གདེངས་གཤིན་རྒྱུ་མོས་པོས་མིག་གིས་བཅས། ཏ་  
ལུང་ཉུལ་བའི་མོ་ཉས་ཐུགས་སྐབས་འཆོལ། ཉ་ཟ་འབྱུང་བའི་ཆོགས་གྱིས་རྒྱུ་  
སྐྱེགས་པས། ཊ་སྤྱང་ཡུན་རིང་འདྲུག་པའི་རེ་བ་བྲལ། ཋ་ཏར་དབུགས་བཅེགས་  
དོད་སྤྱད་འཆིར་སྒྲོགས་ཆེ། ཌ་ཏོ་རང་གི་རང་ཉིད་བསྐྱུས་སོ་ཞེས། ཌྷ་ལེ་ལན་  
བདའ་ཡང་དེ་ཆོ་དུས་མིན་པས། ཎ་ནས་རྒྱལ་འདི་ཁོ་ན་བསམ་པའི་རིགས། ཏས་  
ན་རྒྱུ་མེད་ལུང་བའི་སྐྱམ་མདོ་རུ། ཉ་རྒྱ་བཀྲམ་པའི་ངལ་བ་འདི་བཏང་སྟེ། ཊ་  
མེད་ཞི་བའི་ནགས་སུ་སྤྱི་མའི་དོན། ཋའོ་ན་ལ་རེས་མི་ཆོ་འཁྲོལ་ན་སྐྱམ། ཌེས་  
པའདི་ཡང་ཆོས་གྲུ་ཆེན་པོ་བཀྲའི་སྤྱད་པོར་གཞན་དོན་ཏུ་སྤང་གིས་འདྲའིང་ཟེར་མང་པོས་ཞག་གི་འཁོར་ལོ་དབང་  
མེད་ཡུང་ཡུང་འདའ་བའི་སྐབས་སྤར་གིས་རང་ལ་ཆེག་ལ་བདུ་སྤྱི་སྤྱར་སྐྱས་པའོ། །

༡༡། །སྤྲིང་ནས་ཡིད་ཉིན་པའི་གྲོགས་པོ་ལ་གདམས་པའི་ངག་  
ཡོན་དན་དྲི་བསུང་བསྒྲོ་བྱེད་རྩ་ཉིའི་འབྲི་ཤིང་ཞེས་བྲ།

ཀྱ་ཡི་སྤྲིང་གྲོགས་དམ་པ་འདིར་གསོན་དང་། །ཁ་ཙམ་མིན་པར་ཐོས་  
བསམ་བྱེད་འདོད་ན། །ག་ཡེར་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་དཔེ་གཟིགས་གྱིས། །ང་  
རྒྱལ་གཉིན་པོར་འགྲོ་ཐབས་མཐུ་གྱ། །ཅུ་ཙམ་ཆེད་ཅེད་ཁོ་ནར་ཞེན་པ་ཡིས། །ཆ་  
ཙམ་ཉིགས་དགའི་གཞུང་དོན་དགའ་བའི་གནས། །རྩ་འབྲུང་ཞོར་ལའང་ཞིབ་དུ་  
དཔྱད་ཅིག་དང་། །ན་རྒྱས་སྒྲ་ལྷར་ཤེས་རབ་འཕེལ་ཉེ་འོང་། །དྲ་བྱ་ག་ཉའི་དགོངས་  
མཐིལ་བྱེ་བའི་མཛོད། །ཐ་མོད་སེམས་འདུལ་གཙོར་སྒྲོན་ལམ་རིམ་གྱིས། །ད་  
ནས་རང་རྒྱུད་ལ་སྒྲོར་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ། །ན་ག་འཆི་བ་བྱུང་དུས་ཕན་དེས་མཛོད། །  
པ་སངས་དགར་པོའི་མདོག་འཆང་ཀྱན་སྒྲོང་གིས། །པ་རོལ་འགྲོ་བ་ཡོངས་གྱི་  
དོན་སྒྲུང་དུ། །བ་སྒྱུ་གཡོ་བའི་དད་གུས་ཅེ་གཅིག་པས། །མ་རིག་ལྷན་སེལ་  
འཇམ་མགོན་ལྷག་ལྷར་བསྐྱེན། །ཅ་ག་བསྒྲོར་འདའི་འཁོར་བའི་གནས་འདི་ན། །  
ཆ་གང་དཔྱལ་བའི་སྒྱུ་ག་བསྐལ་བཟོད་དགའི་ཚུལ། །རྩ་ཡའི་གསུང་བཞིན་དེས་  
པར་བདེན་ལགས་ན། །ཐ་ཡེར་སྒྲང་དོར་ལག་དུ་ཡོན་པར་མཛོད། །ཁྱ་སེར་  
རིང་ལུགས་བསྐྱན་པའི་སྤྲིང་པོ་དང་། །ཟ་འོག་མཛེས་འདའི་སྐྱན་བརྒྱུད་ལག་  
འཕྲོར་དུས། །འ་ཅག་ཟབ་གསང་ཆོས་ལ་འབད་འབྱུངས་གྱིས། །ཡ་གི་རྩུང་འཇུག་  
སདར་འཕེན་པ་འཐོངས། །རྩ་གདེངས་མིག་བགྲང་བདུད་གྲོགས་མི་འོང་གི །ལ་  
ལུང་དོན་བཤད་ཡོང་གཏམ་སྒྲ་ཆོགས་གྱིས། །ཤ་ཆའི་ཐོལ་གྱིས་དགེ་ལས་གཡེལ་  
བྱེད་ནམས། །ས་རྒྱལ་སྤོན་པོར་བསྐྱས་ཉེ་འདིགས་པར་མཛོད། །ད་ཅང་ཆོས་

ཙ་ན་མ་མོ་བཟང་ཆུ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒོར།

ལ་དོན་གཉེར་ཆེར་ཡོད་ན། །ཨ་དོན་སྐྱེ་མིད་དོན་ཡང་ཁོང་ཆུད་འགྱུར། །ཆོས་  
ནམས་ཐམས་ཅད་ཆུ་དང་སྐྱེན་བཞིན་དེ། །འདུན་པའི་རྩལ་ལ་རབ་དུ་གནས་སོ་  
གསུངས། །སྤྱིང་གཏམ་ཀ་ཤིང་ལས་བརྩམས་སྤེལ་བ་འདི། །སྤྱིང་གི་གྲོགས་  
བཞིན་དུས་ཀྱན་བཞིན་བྱས་ན། །སྤྱིང་ནས་རེ་བའི་འབྲས་བྱ་མ་ལུས་པ། །སྤྱིང་  
གྲོགས་ཁྱོད་ལ་འདུ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །དེ་སྐད་སྒོ་མཐུན་གཤིས་ལེགས་ཡི་གར་  
འོངས། །གྲོགས་བཟང་ཁྱོད་ཀྱིས་ནན་ཏན་བསྐྱལ་བའི་ངོར། །རྒྱ་ཆེན་ཐོས་པ་  
འཚོལ་བའི་བརྟལ་ཞུགས་ཀྱིས། །མཚོ་ཆེན་ཆུ་ཡིས་མི་ངོམས་སྐྱན་དེས་སྐྱས། །  
ཞེས་སྤྱིང་ནས་ཡིད་དྲོན་པའི་གྲོགས་པོ་ལག་མས་པའི་དག་ཡོན་ཏན་དེ་བཟུང་བསྐྱེད་དེ་དེའི་འཁྱིའི་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་  
ཆོས་ཀྱི་མཆོད་པོས་སྐྱུངས་བསྐྱལ་བའི་ངོར་རིགས་པ་སྐྱ་བརྒྱུ་བཟང་ཆུ་མཚོ་སྤྱིན་ཞེས་བྱ་བས་ཁར་བསྐྱེབས་པའོ། །

༄༅། །ཐ་སྐད་ཆོག་ལ་ཞེན་པའི་དྲོག་གི་པ་ཀན་པོས་རང་ཉིད་  
སྐྱབ་པར་བསྐྱལ་བའི་ལྷགས་འདེབས་ཞེས་བྱ་བ།

ན་མོ་གུ་རུ་ལོ་གེ་ལྷ་རྩ་ཡ། །ཀྱ་ཡེ་སྒོ་ཁ་ཆོས་ལ་སྤྱོགས་གྱུར་མོད། །ཁ་  
བཤད་ཟེར་བསྐྱོས་སྒོས་འདིས་མི་ཆེ་ཐལ། །ག་བུར་ལྟར་བསེལ་སྤྱིང་ལ་ཕན་པའི་  
ཆོས། །ང་ཡིས་ཉིན་གཅིག་བསྐྱབས་པ་ཅང་མ་དུན། །ཅ་ཅའི་ཅོད་འཐེན་ལ་ཞེན་  
འདི་ཀའི་ལུར། །ཆ་མེད་རྒྱས་མིད་ཕྱི་མར་འགྲོད་གོས་ཆོ། །ཇ་ཉོང་དུར་སྤྱིག་  
གོས་འཆང་དོན་མ་བྱུང་། །ནུ་བཞི་བསྐྱམས་ཆོ་འགྲོད་ཀྱང་ཕྱིས་ནས་བདེ། །ད་  
སྒྲ་ག་ཏའི་ཆོས་ཆར་ཟབ་རྒྱ་ཡིས། །ཐ་སྐད་རང་རྒྱུད་ཞིང་ས་བརྒན་མ་རུས། །ད་  
ནི་རི་བྱ་སྒྲ་མ་མཚོག་གསུམ་ལྷ། །ན་འཆི་ཐོག་དུ་བབས་ཆོ་ཅི་རང་དུག །པ་བའི་  
རི་མོ་ལྟར་འབྱེལ་འཁོར་བ་ཡི། །པ་རོལ་མི་ངོམས་ངང་རྩལ་མི་སེམས་པར། །པ་

སྒྲུང་རྩ་ལོ་ཁས་འགས་ཆེས་པ་བཞིན། །མ་འདུག་མུར་བ་མུར་དུ་སྒྲུབ་ལ་འབྱུངས།།  
 ཅ་དྲར་བྱན་བཅད་གཡེལ་མེད་བྱ་བ་ཀུན། །ཆ་བྱེད་འགྲོས་བསྐྱེན་ཆད་བཟུང་དགའ་  
 ཐུབ་གྱིས། །རྩ་ལང་རྟག་འདྲིན་དབང་དུ་མ་མོང་བར། །མ་ལེར་འཆི་བ་དྲན་བཞིན་  
 བརྟན་པས་སྒྲུབས། །ཞུ་མེར་ལྷ་སྒྲོམ་སྒྲོལ་གཞན་དག་དང་། །ཟེའོག་རི་  
 མོ་བཞིན་དུ་མ་འབྲེས་འདི། །འཕུར་ཕུད་གྱིས་ཆེ་བ་བརྗོད་མིན་པར། །ཡ་ཡོལ་  
 འབྲུལ་བ་ཀུན་བྲལ་མཇའ་འདིར་འབྱུངས། །རྩ་ལྷར་རིངས་པའི་སེམས་རྒྱུད་མ་  
 རུང་འདི། །ལ་ཕུར་འདུལ་བའི་སྐབས་སྟེད་དེང་བཞག་ན། །ཤ་ཆ་སྟིང་ཉེ་རང་  
 ལ་མེད་པར་ཟད། །ས་རྩལ་སྤིན་པོས་མ་ཟིན་གོང་འདིར་འབད། །དུ་ས་བརྗོད་ཡབ་  
 སྐས་ཞབས་བསྟེན་ཀྱང་། །ཨ་མའི་འབྲས་བཞིན་ཕྱི་སྤིན་ནང་མིན་པ། །དགེ་  
 སྦྱོང་བྱལ་པོ་སྤྱི་ས་ར་ཡིས། །རང་གིས་རང་ལ་བསྐྱལ་ལྷག་འདི་སྒྲུང་བཏབ།།  
 ཅས་ཐ་སྙད་ཆོག་ལ་ཞེན་པའི་དོག་གིས་ནན་པོས་རང་ཉིད་སྒྲུབ་པར་བསྐྱལ་བའི་ལྷག་འདེབས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཆོས་གྲུ་ཆེན་  
 པོ་བླ་ཤིས་འཁྲིལ་ནས་འབྲུག་ས་རི་གིས་ཡིད་བསྐྱེད་དེ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་བསྦྱོད་སྐབས། འཇམ་དཔལ་སྐྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་  
 ཤར་ཡོད་པའི་ཡུལ་གྱི་ཆོས་གྲུ་ཆེན་པོ་སྐུ་འཕྱུག་པུ་མས་པ་སྤྱིར་གིག་ལས་ངོས་ཆོས་མཛོད་དོན་གྱུབ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱུ་བ་གནས་ཀྱང་དཀར་  
 རི་བོད་དུ་རང་སེམས་ལ་བརྟག་སྐབས་དུང་གནས་དང་ཆོག་ལ་ཞེན་པ་ཆེ་བར་མཛོད་ནས་རྗོད་གྱིད་མ་བཅའ་ཡང་ཚུའི་གཉེར་  
 མ་བཞིན་དུ་འདྲིག་པར་དོགས་དེ། སེམས་གྱི་དོ་བལ་སྐར་རི་མོར་བྲིས་པའོ། །

༄༅། །བྱལ་རིང་ལས་གྱིས་དུབ་མའི་མགོན་པོ་དགའ་སྦྱོར་སེམས་  
 གྱི་འགྱུར་བ་སྐྱུ་བཏབ་པའི་ཐོལ་སྒྲུ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་པོ།།

ན་མོ་གུ་རུ་ལོ་གེ་བུ་རྩ་ལ། །ཡབ་གཅིག་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞང་ལྷ་བ། །སྟིང་  
 ག་ཆོས་གྱི་འཁོར་ལོའི་གུར་ཁང་དུ། །མི་ཤིགས་སེམས་དང་གཉིས་མེད་རྟག་

རོལ་ལ། །དགའ་སྐྱུག་འབྲུལ་སྤང་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་ཚོབས། །དབུས་འགུར་  
 ཚོས་ཀྱི་ཞིང་སར་སླེབ་ནི་བ། །ནག་ཚུའི་མཚོ་མོར་སླེབས་པས་དགའ་བ་ལ། །གཙང་  
 བའི་བསྐྱེད་འཁྱིད་རྗེས་སུ་ཐོགས་ན་མས་འཁོར། །བྱང་རྒྱལ་འདི་རུ་སྐྱོགས་པས་  
 སྐྱུག་པ་ལ། །མི་ཚོས་རྩ་བ་ཀྱན་དང་མཐུན་པ་ཞེས། །གཞན་ལ་མཐུན་པ་བསྐྱུབས་  
 པས་དགའ་བ་ལ། །སྤྱི་དང་སྒོས་ཀྱི་མདུན་མ་མང་འབྲུགས་ནི། །འགྲོད་པ་རྗེས་  
 སུ་སྐྱེས་འདིས་སྐྱུག་པ་ལ། །སང་གནངས་འགྲུང་མིན་གཙང་གི་ལྷ་སྤེ་རུ། །སློབ་  
 ཞེས་གདམ་སྟན་ཐོས་པས་དགའ་བ་ལ། །ཆོགས་ཐག་རིང་པོར་ཉིན་ལས་བརྒྱད་  
 ཀྱི་ཡོངས། །ཁལ་རྟ་འགའ་ཞིག་ཆད་པས་སྐྱུག་པ་ལ། །གྲུ་རྒྱང་དུ་ལྷུས་མའི་  
 དང་ཚུལ་བསྐྱུངས་པའི་མཐར། །འུ་ལག་ཁྲལ་གྱིས་འགྲོ་རྩིས་དགའ་བ་ལ། །རྒྱལ་  
 དབང་མཚོག་དང་རྩོད་ཀྱུ་གདན་ས་གསུམ། །རི་ཞིག་མངལ་བར་མ་རྩས་སྐྱུག་  
 པ་ལ། །དེ་ནས་རྒྱལ་མཚན་མཐོན་པོའི་རྩོངས་སུ་སླེབས། །སྤྱི་ལོན་བཟང་པོ་  
 བྱས་པས་དགའ་བ་ལ། །འུ་ལག་སྐྱུག་སྤོད་ཞག་གངས་ཉེར་བརྒྱད་ལུས། །མི་  
 ལ་ཕྱོ་ཆད་བྱུང་བས་སྐྱུག་པ་ལ། །རྒྱ་རྒྱང་དལ་གྱི་འབབ་པའི་འགམ་རོགས་སུ།  
 མཐིང་རིལ་སྐྱད་སྟན་སྒྲོགས་པས་དགའ་བ་ལ། །ཁ་བ་བྱ་ཡུག་འཆུབ་པའི་སྒྲོང་  
 འཁོར་དུ། །ཞག་གངས་མང་པོར་འདུག་དགོས་སྐྱུག་པ་ལ། །སྐྱེ་ཞབས་དང་ནི་  
 རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་སོགས། །ཞེས་ཆོག་སྟན་འཁོལ་བས་དགའ་བ་ལ། །མི་ལ་ཕྱོ་  
 མེད་རྟ་ལ་རྩ་མེད་པའི། །ཟུང་མ་ཐང་འདིར་ལུས་པས་སྐྱུག་པ་ལ། །མི་ནམས་  
 གོས་རྒྱན་ལ་སོགས་ཉམས་དོད་པོས། །བཅོད་ནམས་ཅན་ནོ་སྟམ་དུ་དགའ་བ་  
 ལ། །ཕྱེ་རིགས་གསེར་ལྷར་དཀོན་པས་རྒྱ་ར་ཅམ། །སྒོག་འཚོར་བསྐྱེན་ཅིང་  
 འདུག་མཐོང་སྐྱུག་པ་ལ། །སྐྱེ་ཚོང་གང་ཡོད་ཞེས་སོགས་འདི་དགའ་ཞིང་། །གོང་  
 ཚོད་དུལ་གྱིས་གཅོད་པས་དགའ་བ་ལ། །ཚོང་ཐག་ཚོད་ཚོང་ཐོག་མ་གཏོགས་

པ། །རིན་ཆ་སྒྲོད་ཀྱི་མེད་པས་སྐྱུག་པ་ལ། །སྒོ་རྒྱང་གཡུ་ལོ་རྒྱས་པའི་དགའ་  
 ཆལ་དུ། །རེ་ཞིག་ཞག་མལ་བྱས་ཆེ་དགའ་བ་ལ། །རྩིས་གས་གདད་མེད་ཆར་  
 སེར་ཁ་བ་ནམས། །རིས་མོས་ཚུལ་དུ་བབས་པས་སྐྱུག་པ་ལ། །ཐོད་དཀྱིས་ག་  
 རུབ་པའི་གཡུ་བྱར་སོགས། །བྱིས་རྒྱང་འདུག་རྟེན་ཡོད་སྐྱེས་དགའ་བ་ལ། །ཟས་  
 དཀོན་སྒྲུ་སིལ་སྒོ་འབྱུང་རྒྱང་སྐྱེས་སྒྲུ། །ཡི་དགས་གནས་སུ་སྒྲིབ་སྐྱེས་སྐྱུག་པ་  
 ལ། །ཨེ་མ་དབྱར་གྱི་དཔལ་མོའི་ལང་ཆོ་དང་། །ཡུན་རིང་འགྲོགས་པའི་ཅེ་  
 དགས་དགའ་བ་ལ། །དཀྱི་སྒོན་གྱི་གན་མོའི་བཞིན་རས་སུ། །མཆི་མའི་ཆར་  
 གྱིས་རྟག་བརྒན་སྐྱུག་པ་ལ། །ཀྱེ་རྟོ་འཁོར་བའི་གནས་འདིར་ཟག་བཅས་གྱི། །ཆོར་  
 བས་ཐང་རེ་སིམ་པས་དགའ་བ་ལ། །འབྱུར་བའི་སྐྱུག་བསྐལ་རལ་གྱིའི་མོར་ཆགས་  
 པའི་། །སྒྲུང་ཅིར་སྒྲུང་སྒྲུང་བེལ་འདིས་སྐྱུག་པ་ལ། །དགའ་སྐྱུག་རྟེན་པས་ཀུན་  
 ལས་བསྐྱངས་པ་ལ། །དགའ་སྐྱུག་འདྲིས་མར་སྒྲོད་པའི་ངང་ཚུལ་སྒྲུ། །དགའ་  
 སྐྱུག་མང་པོ་སྒྲུངས་པའི་རྟེན་གེ་པས། །དགའ་སྐྱུག་སེམས་གྱི་འབྱུར་བ་བཞིན་  
 དུ་སྒྲངས། །བདེ་སྐྱུག་འབྱུར་བའི་རྒྱབས་སྒྲེང་མ་ལུས་པ། །སྐྱར་ཡང་གཡོ་མེད་  
 གཉུག་མའི་སེམས་གྱི་མཆོར། །ཡོང་ཡོར་ཐིམ་པས་ཟག་མེད་དགའ་བདེ་ལ། །སྤྲིད་  
 མཐའི་བར་དུ་རོལ་བས་ཅེན་གྱུར་ཅིག །ཅིས་ལུས་རིང་ལམ་གྱིས་དུབ་པའི་མགྲོན་པོ་དགའ་སྒྲོ་སེམས་  
 གྱི་འབྱུར་བསྐྱབས་བའི་ཐོལ་སྒྲུ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡང་སྐྱུ་རྒྱུ་རར་འཕོད་པས་འདས་ཕྱིར་ཕྱར་འཕྱོར་རྒྱས་རྒྱས་ཐོག་ནས་ཡར་  
 ཡོང་པའི་ལམ་སྐབས་ཤིག་དུ་དགའ་སྐྱུག་འདྲིས་པར་སྒྲོད་པའི་ངང་ཚུལ་ལྟགས་འབྱུར་དབྱངས་སྐྱབས་པའོ། །

# ༡༡། །ཡིད་ལ་བརྟག་པའི་རེ་འདོད་སྟོན་པའི་ཆོག་གི་ སྒྲིམ་གར་ཞེས་བྱ་བ་ཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གུ་རུ་རྒྱ་གི་ཁྱི་ཡི། སྤུས་བཞི་སྒྲུན་མཛད་ཡུམ་གཅིག་ཤེར་ཕྱིན་མི་  
མོ་ཡི་ཐོལ་འཆང་། །ཨ་མ་ལ་བ་གྱི་སྒྲོན་མ་ཞེས་གྲུ་ནལ་འཕྱོར་གྱི་དབང་མོ། །གཅོད་  
ཡུལ་སྒྲུན་བརྒྱད་གདམས་པའི་བདུད་ཅིས་སྤུལ་ལྷན་ཀུན་ཆེ་མ་མཛད། །མོས་  
པའི་བྱ་ལ་ད་ལྷ་ཉིད་དུ་ཕྱིན་རྒྱབས་ཤིག་སྟོལ་ཅིག། །ཀ་དག་དབྱིངས་སུ་ཁྱོད་སྒྱུའི་  
སྤང་བ་འབྲལ་མེད་དུ་བསྟན་ནས། །ཁ་བ་རི་བའི་ཡུལ་གྱི་གནས་ཁྱོད་གང་དགའ་  
རུ་ཕྱིན་ཏེ། །ག་ཤལ་འཕྱང་བའི་བདེ་སྟོང་དབྱངས་འཛིན་ཏེ་ཁ་རུ་འཁྱོལ་བཞིན།།  
ང་ཅག་གཅིག་བྱར་ད་ནས་བག་ཡངས་རྒྱ་བ་ཞིག་བྱུང་ན། །ཅ་ཅའི་གདངས་རིང་  
སྒྲུན་པོར་འཐེན་པའི་འདབ་ཆགས་གྱི་ཆོགས་ནམས། །ཆ་ཅམ་དོགས་མེད་ཅེད་  
འཛོམས་གཡེང་བའི་རི་དྲགས་གྱི་ནགས་སུ། །ར་མོགས་འདོད་ཡོན་ལྷ་ལ་སྟེད་པ་  
རང་ཞན་དུ་སོང་ནས། །ཉ་བཞི་བསྐྱམས་ཆེ་འཛིགས་མེད་གདོངས་ཁྱོད་ཐོབ་པ་  
ཞིག་བྱུང་ན། །དྲ་རེ་ཁྱོད་གྱི་ཉམས་ལེན་རོ་སྟོམས་ཐོག་བཞིས་གྱི་སྟོད་པ། །ཐ་  
སྟད་ཅམ་ལས་གཤིས་སུ་ལྷ་མེད་འདྲེ་མེད་གྱི་ལྷ་བ། །ད་ལྷ་ནས་བཟུང་སྟོང་གྱུར་  
ཉམས་མེད་གཡེང་མེད་དུ་བསྟོམས་པས། །ན་ན་གི་སྒྱིད་རི་འབྲའང་ཐོགས་འདོན་  
བྱུང་བ་ཞིག་བྱུང་ན། །པ་ར་མི་ཏའི་གཞུང་གི་སྤུས་དོན་གནད་གསང་ལ་བརྟེན་  
ནས། །པ་རོལ་ཕྱིན་མ་མི་མོའི་ཐོལ་དུ་རྒྱ་བག་ཅན་ཁྱོད་གྱིས། །པ་སྒྱུ་གཡོ་མེད་  
ཕུང་པོ་གང་འདོད་ཟན་བསྒྱུར་གྱི་སྟོད་པས། །མ་རིག་སྒྲུན་པའི་སྟོག་ལ་ཤོལ་བའི་  
ནམ་ཐར་བཞིན་བྱུང་ན། །ཅ་རི་ཟངས་རི་འདྲི་འབྲའི་རི་སྤུལ་ཉམས་དགའ་ཀུན་བཟོད་

དེ། །ཚེ་གང་ལྷོགས་སྒྲོམ་ངལ་དྲུབ་བརྒྱ་ཕྱག་ཁྱད་བསད་གྱི་སྒྲོན་མ། །རྩ་ཡའི་  
 དགོངས་བཅུད་ཨ་དོན་སྒྲི་མེད་སྙིང་པོ་ཡི་དོན་བཟང་། །ཤ་ལེར་ཤར་ཏེ་ཉམས་  
 ཉོགས་གར་གྱིས་ཅེན་པ་ཞིག་བྱུང་ན། །ཞེ་གོས་རྩལ་པོ་ཕྱག་དར་གྱིད་པའི་སྦྱངས་  
 ཡོན་ལ་གནས་ཏེ། །ཟེ་མ་གང་བྱུང་བསྟེན་པས་ཚོག་པའི་དཀའ་ཐུབ་གྱི་ངང་ནས།  
 །འ་ཁུར་བདུད་གྱི་འཆིང་བ་མཐའ་དག་རང་ས་རུ་བསྐྱལ་ཏེ། །ཡ་མཚན་འཕོ་འགྱུར་  
 བྲལ་བའི་བཅན་ས་ཟིན་པ་ཞིག་བྱུང་ན། །ར་བཤོར་ཡུག་འགོངས་པའི་མཚོག་དམན་  
 སྤྲོ་ཚོགས་གྱི་མགོན་ལ། །ལ་གོར་ཞེན་ཆགས་མེད་པར་ནམ་སྟོན་སྒྲུ་ལུས་གྱི་ཕུང་  
 པོ། །ཤ་ཁྲག་གང་འདོད་མཁོ་དགྱར་བསྐྱར་བའི་དམིགས་མེད་གྱི་སྟོན་པས། །ས་  
 ལམ་ཡུད་གྱིས་བཟོད་པའི་བང་འགོས་སྐྱར་བ་ཞིག་བྱུང་ན། །ཏེ་ཅང་དད་ཅིང་གྲུས་  
 པ་དྲག་པོ་མངོན་འགྱུར་འདིའི་ངང་ནས། །ཨ་མ་ལབ་གྱི་སྒྲོན་མའི་ནམ་པར་ཐར་  
 བ་བཞིན་བསྐྱངས་ཏེ། །བསམ་སྦྱོར་མཐའ་དག་རིས་མེད་མཁའ་ཁྲབ་འགོ་བ་ཡི་  
 དོན་ལས། །གཞན་དུ་ཅུང་ཟད་གཡེལ་བ་མེད་པའི་ཡིད་སྒྲོན་རང་འཆའ་འོ། །ཞེས་  
 ཡིད་ལ་བརྟག་པའི་འདོད་སྒྲོན་པའི་ཆོག་གི་སྒྲོམ་གར་ཞེས་བྱ་བའདི་ཡང་མ་གཅིག་གི་གདན་ས་རང་ས་རུ་ཁང་དམར་གྱི་  
 གཙུག་ལག་ཁང་དུ་བཞུགས་པའི་ཐུགས་མའི་འཇམ་ལུས་དེའི་ཡང་ཚོའི་ཟམ་ཏོག་དམར་གདུང་བྱིན་རྒྱལ་གཟེའོད་འཕར་  
 བའི་དུང་དུ་ཕྱོགས་མེད་རྒྱ་ལ་མས་རྒྱ་བའི་མང་སྤོངས་པ་བསྐྱབ་རྒྱ་མཚོ་སྟོན་ཞེས་བྱ་བས་གང་ཤར་གྱི་བར་སྟེ་ཡམ་  
 བཅོད་པར་ཤུགས་འབྱུང་དབྱངས་སྟུཐལ་བའོ། །

༄༅། །སྒྲོན་སྒྲུ་རེ་འབྲས་ཡིད་བཞིན་འགྲུག་པའི་ལྷགས་ཀྱི་  
 ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་སྟུ་རྩི་ཀི་ཏི་ཡི། མཐའ་དག་རྒྱལ་ཀྱན་ཡབ་གཅིག་སྒོ་གཏིར་



འཇམ་དཔལ་གྱི་སྐྱུ་འཕུལ། །མ་སྐྱད་ཀུན་བཟང་སྟོད་ཚུལ་ཁྱད་འཕགས་གཡས་  
 འབྲིལ་གྱི་དྲུང་སྒྲ། །ཁྱད་པའི་རིམས་ནད་གཞིལ་པའི་གྲགས་པ་སྤྱིད་གསུམ་དུ་  
 འབར་བ། །མོས་གུས་ནལ་འཕྱོར་སྟོད་པའི་སྤྱིང་དབུས་ཐིག་ལེ་རུ་བཞུགས་ཐིག།  
 ཀམྱེ་དུར་སྤྲིག་རྒྱལ་མཚན་འཚང་བ་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་ངོ་བོ། །ཁ་ཅམ་མིན་པར་སྤྱིང་  
 ནས་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱོམས་ཏི། །ག་ལེར་དབེན་པའི་ནགས་ཀྱི་རི་  
 སུལ་ཉམས་དགའ་རུ་ཡིབས་ནས། །ང་དང་ང་ཡིར་སྤྱང་ཞིང་ཞིན་པའི་སྤང་དག་  
 འདི་འབུལ་ན། །ཅ་ཅའི་སྟོང་ཕྱད་འཁོར་སྟོབ་གཡིང་པའི་བྱ་སྟོད་འདི་བཞག་ནས།  
 ཆ་བྱད་གྲོན་པ་གང་ལེགས་མཚར་དགའི་འཛིན་ཆགས་ཀུན་བཏང་སྟེ། །ར་སོར་  
 བསོད་པའི་ཟས་སྤངས་དཀའ་བྱུབ་བཅུད་ལེན་གྱི་འཚོ་བས། །ཉ་ཡི་རྒྱ་སྟོར་བསྟེན་  
 པའི་བྱུང་དབང་ནམ་ཐར་བཞིན་བྱུང་ན། །དྲུ་ལའི་ལྷག་མ་གཡོ་འདྲའི་ཡིད་འོང་  
 ཉེའུ་གསིང་གི་སྟོངས་སུ། །ཐ་ལམ་འགྲོགས་འདྲིས་བདེ་བ་འདབ་ཆགས་རི་སྐྱེས་  
 གྱི་བྱ་ནམས། །ད་ནས་འཛའ་གཙུགས་པན་ཚུན་ཅེད་འཛོའི་སྟོས་གར་དང་ལྷན་  
 ཅིག །ན་ཁ་འཆི་སོགས་སྤྱིན་ངན་ལམ་དུ་ལོངས་པ་ཞིག་བྱུང་ན། །པར་མི་ཏའི་  
 དངོས་བསྟན་སྤྲས་དོན་ཟབ་རྒྱས་ཀྱི་ཉིང་ཁུར། །པ་མའི་རྒྱད་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་ཡང་སྤྱིང་  
 བསྟོན་པ་ཞིག་བཏང་ནས། །བ་སྐྱུ་གཡོ་ལྷན་ནལ་མའི་སྟོད་གས་དག་པོ་ཡིས་བསྐྱུལ་  
 ཏི། །མ་ཁན་ཡོངས་ལ་སྤྱིང་ནས་བཅེ་པའི་སེམས་བཟང་ཞིག་བྱུང་ན། །ཆ་  
 གང་སྐྱུག་བསྐལ་ཀུན་སྟོད་གཞི་ཡི་སྐྱེ་འཆི་དང་པར་དོ། །ར་ཡའི་སྐྱུ་གསུམ་རོ་  
 བོར་སྐྱུར་བྱེད་སྤྲིན་ཁོལ་གྱི་ལམ་བཟང་། །མ་ལེར་མི་འཛོག་ཕྱུར་དུ་གསལ་སྤྱང་  
 ཐོན་པ་ཞིག་བྱུང་ན། །ཞ་ཞིང་ཀུམ་སོགས་ཅ་གིགས་བསལ་པའི་བཤུལ་ལམ་ནི་  
 ཡངས་པོར། །ཟ་བྱེད་བསྐྱུལ་བས་རྒྱང་ནམས་ཞུགས་གནས་ཐིམ་པ་ཡི་བྱུག་རྒྱར།  
 འཕྱར་ཀུན་རྫོབ་སྐྱུ་མའི་ལྷ་སྐྱེ་འོད་གསལ་དང་ཟུང་འཇུག །ཡ་མཚན་རྫོགས་རིམ་

མཚོག་གི་སྤྲོད་པས་ཐོལ་བ་ཞིག་བྱུང་ན། །རྩ་མཚོན་གདངས་པའི་འཇམ་དཔལ་  
 ལྷ་འབྲུལ་བྱ་བ་ཡི་སྤྲུང་བ་ཞེངས། །ལ་ལྷུང་ཡོངས་ལ་འཛེ་བའི་ཕྱི་རོལ་གདོན་  
 བཞེགས་ཀྱི་དབྱུང་ཚོགས། །ཤ་བྲག་སྟོག་དབྱགས་སྤྲོད་དང་ཀུན་རྟོག་བཞོན་པ་  
 ཡི་བཅུད་ལས། །ས་གསུམ་འགོ་བ་མ་ལུས་ལྷུང་དུ་སྒྲོལ་ནས་གིག་བྱུང་ན། །རྩ་  
 ཏེ་འབྲའི་གོ་འཕང་དམ་པ་བསམ་བཞིན་དུ་འགྱུལ་བར། །ཨ་ཨ་ཟ་མ་སྒྲ་དང་  
 མཁའ་འགོས་ལྷུང་བ་དུ་བྱིན་སྒྲོབས། །ཨེ་ཨེ་ཤུགས་འབྱུང་སྐྱ་ཡི་ར་རོ་གསང་  
 མཐོ་དུ་སྒྲོག་བཞིན། །རྟེ་རྟེ་ཡིད་ཀྱི་འཆར་སྒོ་དབྱངས་སྒྲ་ཐོལ་བྱུང་དུ་ཐལ་ལོ།  
 ཞེས་སྒྲུ་བྱེད་འབྲས་ཡིད་བཞིན་འབྱུག་པའི་རྩལ་ལྷུ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་མི་རྒྱུ་བ་གནས་གངས་པའི་དབང་  
 བོའི་དབྱངས་ཀྱི་རྩ་ཞོལ་ཚས་ལྷུང་ཞེས་བྱ་བའི་དེ་ལྟ་གནས་སྤྲུ་རྩ་ས་གནས་དང་རྩལ་མཚོག་བསྐུལ་བར་རྩ་མཚོ་  
 གསེར་རྒྱུད་ཤུགས་མེད་རྩལ་པམས་ལུ་པའི་རྩོད་བཤེགས་ལས་བརྒྱུད་པར་རྩ་མཚོ་རྩོན་ཞེས་བྱ་བས་དབྱངས་སྒྲ་ཐལ་  
 པའོ།

༡། ཁྱིཾ་མཐོ་ནགས་འདབ་སྟེན་པར་བརྒྱུལ་བའི་མོ་ན་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གུ་རུ་ལོ་གི་ལྷ་རྒྱལ། ལྷགས་ཟག་མེད་དབྱིངས་ལྷགས་ནས་མཁའ་  
ལས། །སྤྱུ་གངས་མེད་སྤྱིན་མེད་རོལ་བ་ཡིས། །གསུང་འབྲུལ་མེད་ཚོས་ཆར་  
རྟག་འཛོལ། །དྲིན་འཁོར་མེད་ཁང་ལྷ་ཆེན་པོས་སྦྱོངས། །པདག་སྤལ་ངན་ལུན་  
པའི་ཁོན་པར་ནི། །རྗེ་སངས་རྒྱས་དངོས་ལལ་ནི་མའི་ཟེར། །ཐང་སྟེན་གྱིས་  
ལྷགས་པའི་ངང་ཚུལ་ཡང་། །དུས་ད་ལྟ་དུས་ལས་ཙམ་དུ་གྱུར། །ད་པག་འབྲུབ་  
མཚོད་པར་འབད་ན་སྟུམ། །གནས་དབུག་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟུམ། །ཚོས་

ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྐྱེས་ན་སྟམ། །སྤར་  
ལྷ་ལུལ་ལས་ཀྱང་སྐྱེད་པ་ཡི། །ཡོངས་མཁས་དང་བྱུང་པའི་གདན་ས་ཆེ། །གནས་  
བཟུངས་འབྲིལ་དེར་འབྲུགས་ཟེང་དར། །མི་དོན་མེད་ནམས་ཀྱང་འདྲུག་དབང་  
བལ། །ད་གར་ཕྱིན་གནས་སུ་བྱེད་ན་སྟམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་  
ན་སྟམ། །ཆོས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་  
སྐྱེས་ན་སྟམ། །སྟོན་འཆད་ཉན་མེ་ལྟར་འབར་བའི་སྐབས། །ལྷང་རིགས་པའི་  
གཏིར་བརྡོལ་བཤེས་གཉེན་འགའི། །ཞབས་བསྟེན་ནས་ཆོགས་པའི་ཆོས་སྟུང་  
ཀྱི། །དཔལ་དགའ་སྟོན་སྤང་བའང་བྲན་ལམ་གྱུར། །སྤར་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་དཀའ་  
འོ་སྟམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟམ། །ཆོས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་  
སེམས་ན་སྟམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྐྱེས་ན་སྟམ། །ཆོས་བཤད་སྐྱུབ་  
པསྟོའི་བྲ་བ་ཡིས། །ཡོངས་ཁེངས་པ་བཟུངས་གཡས་འབྲིལ་མཚོ། །ཡིད་མི་  
བསྐྱུན་མ་མོའི་ལྷགས་པས་འབྲུག། །ཆོགས་འདུས་པའི་ངང་སྤྱོ་པལ་ཆེར་བྱོལ།  
དར་ང་ཡང་ཆགས་པས་ཅི་བྱ་སྟམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟམ།  
ཆོས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྐྱེས་ན་སྟམ།  
རྗེ་ཀུན་མཁྱེན་ཉི་མ་རྒྱུབ་རིར་ཡིབ། །དུས་བསྐལ་ངན་མཚན་མའི་སྤྲུག་གིས་ཟིན།  
མི་བདུད་གྱི་གཉེན་གྱུར་འབྱུང་བའི་བྱས། །སྤྲད་ཐན་སྐྱེལ་བསྐྱགས་པ་ན་བར་གཟན།  
ད་ན་བའི་དབང་པོ་དལ་ན་སྟམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟམ། །ཆོས་  
ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྐྱེས་ན་སྟམ། །ཐུགས་  
དགའ་བའི་ཚུགས་སུ་འདུན་གཅིག་ཟེ། །བདུད་རྩུར་སྤྲིག་འཆང་བ་འགའ་ཡིས་བྱེ།  
ཡིད་སྤང་ན་མ་རུའི་ཐང་ཆེན་དུ། །སྐྱེན་བདེ་བའི་རྒྱ་བལ་ཉ་བཞིན་བསྟེགས། །ད་  
བདེ་བའི་དུས་སྐབས་ཐལ་ལོ་སྟམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟམ།

ཆོས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟུམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྒྲིས་ན་སྟུམ།།  
 སྒྲུབ་ས་ཀུན་གཟིགས་ཉི་མས་ཚུ་སྒྲིའི་དབང་། །མི་རྟག་འདིན་ཅན་ངོར་གཟིགས་  
 བྱུར་པ། །སྒྲུང་སང་དེ་དབང་པོའི་གཙུག་ཉོར་ནས། །འོད་སྒྲོང་ཐུག་འབྱེད་པ་  
 ནམ་ཞིག་ཨང་། །དུས་དེ་བར་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་སྟུམ། །གནས་དབེན་པའི་  
 རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟུམ། །ཆོས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟུམ། །ལར་བསམ་  
 པས་ངེས་ཤེས་སྒྲིས་ན་སྟུམ། །སེམས་རི་ལྟར་བཅོས་ཀྱང་སྒྲོ་བས་ཟིན། །སྟུག་  
 ཡིད་ཐུག་སྒྲོ་སྒྲུང་སངས་ཕྱིར་དུ། །རང་སྒྲིས་པའི་ཡུལ་དུ་འོང་ན་ཡང་། །ཡིད་  
 བག་སེབས་ཉམས་སུ་བདེ་མ་གྱུར། །ད་བདེ་བའི་གནས་ཤིག་འཆོལ་ན་སྟུམ། །གནས་  
 དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟུམ། །ཆོས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟུམ། །ལར་  
 བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྒྲིས་ན་སྟུམ། །སྒྲུང་གཞིན་དུས་བསྐྱེ་གནས་མ་ཁང་གཞིས།།  
 གཉེན་གཤམ་ཅན་ནམས་འདས་རྗེས་སུ། །མི་འབྲུམས་པོ་སྒོ་བྱག་དག་གིས་བཟུངས།།  
 ད་ཡུལ་གྱི་འབྲེལ་ཐག་རང་བྱུགས་ཆད། །ཡུལ་སྒྲོགས་མེད་ཀྱལ་ཁམས་འགྲིལ་  
 ན་སྟུམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟུམ། །ཆོས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་  
 སེམས་ན་སྟུམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྒྲིས་ན་སྟུམ། །རྒྱང་བྱིས་པའི་  
 དུས་ནས་ཐོས་ཞོར་བསམས། །ཞོར་ཟང་ཟིང་འབད་པས་མ་སྒྲུབ་ཕྱིར། །དབྱར་  
 གཤུལ་ལ་འཁོར་གསུང་བཞིན། །གཉེན་ཉི་འབྲེལ་འབྱར་རྩིར་བྱུགས་ཤོག། །གཉེན་  
 ཐོགས་མེད་འགོ་དུག་བསྐྱང་ན་སྟུམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟུམ།།  
 ཆོས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟུམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྒྲིས་ན་སྟུམ།།  
 དེ་ཐོག་མ་མེད་ནས་སྒྲིང་པོ་ཡིས། །ཡོངས་དབེན་པ་ཨེ་རུན་ཆལ་གྱི། །ལུས་  
 ལྷ་ཆོགས་ཁྱངས་པ་སྒྲད་ཅིག་ཀྱང་། །ལས་ལེགས་པར་བྱས་པའི་འབྲས་མ་ཐོག།  
 ད་ལུས་འདིར་སྒྲིང་པོ་ལེན་ན་སྟུམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟུམ།།

ཆོས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟུམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྐྱེས་ན་སྟུམ། །  
ད་རང་ཚོད་རང་གི་ཐིག་བཞིན་དུ། །མི་རང་མགོ་རང་གིས་བསྐྱོར་བ་ཡི། །གཞན་  
འདུལ་བའི་ཤོམ་ར་བྱེད་རྒྱེས་སུ། །སྤར་ཡན་ལ་འབྲང་བ་དེ་ཀལ་ཐུང་། །ད་རང་  
སེམས་ཨི་བྱལ་བ་ལྷ་ན་སྟུམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟུམ། །ཆོས་  
ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟུམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྐྱེས་ན་སྟུམ། །ཡོངས་  
འཁོར་བའི་གནས་ལུས་ཡོངས་སྐྱོད་གྲོགས། །ཀྱན་སྟུག་བསྐལ་རང་བཞིན་ཉིད་  
དོ་ཞེས། །སྤར་སྤང་ལ་མ་ངེས་ཉིད་གྱུར་པར། །ད་དོན་འགྱུར་ཐེ་ཆོམ་ཅམ་ཞིག་  
སྐྱེས། །ད་འཁོར་བར་ཕྱི་བྱག་འཆལ་ན་སྟུམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་  
ན་སྟུམ། །ཆོས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟུམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་  
སྐྱེས་ན་སྟུམ། །ལར་འདུས་བྱས་ཆོས་བཞིར་དྲག་གཞོལ་བ། །མཐའ་མ་རོལ་  
མི་རོམས་འཁོར་བ་བའི། །ལས་རྒྱན་བྱགས་ཉལ་འཁྱོ་བྱར་རྒྱག་པ། །ཡོངས་  
ཀྱལ་ཀྱན་གཟིགས་ཀྱང་གྱེན་མ་འདོངས། །རྒྱ་མི་འགོག་འབས་སུན་དོན་མེད་  
སྟུམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟུམ། །ཆོས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་  
ན་སྟུམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྐྱེས་ན་སྟུམ། །ཡོངས་འཁོར་བའི་ཉི་  
སྐྱོན་རི་སྟེད་པ། །ནང་རང་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་དབྱ་འདིས་སྐྱལ། །དེ་འདུལ་བའི་  
ཐབས་ཚུལ་དུ་མ་ལ། །སྐྱོ་ཀྱན་ནས་འབད་བ་དཔའ་པོའི་ཐུལ། །དབྱ་དེ་ལ་ཐོན་  
ཞིག་བྱས་ན་སྟུམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟུམ། །ཆོས་ཐོས་པའི་  
དོན་ལ་སེམས་ན་སྟུམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྐྱེས་ན་སྟུམ། །རང་འཁོར་  
པའི་ཉེས་བརྒྱས་གཙུག་པ་བཞིན། །མ་འཁྱོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་སྐྱོད་སྟུག་ཀྱང་། །ཚུལ་  
དེ་བཞིན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་རྒྱོམ། །དཔལ་ཐིག་ཆེན་གཞུང་ལམ་འགྲིམ་ནམས་བསྐྱར། །  
ལམ་དེ་ལ་སྐྱོན་ལམ་འདེབས་ན་སྟུམ། །གནས་དབེན་པའི་རི་པོར་སྟེགས་ན་སྟུམ། །

ཅོན་མ་མོ་བཟང་ཀྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒྲོང་།

ཆོས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྐྱིས་ན་སྟམ། །  
ངག་ཅ་ཅའི་སྤྱོད་བྱངས་བསྐྱགས་པས་ཅི། །རང་བསམ་པའི་ཁྲིར་སོ་མང་ན་ཡང་། །  
དོན་ཐོག་དུ་ཁེལ་བ་སྤྲོ་མ་སྟེ། །སྤྱབས་བསྐྱེད་རིན་ཆེན་ནམ་གསུམ་མཁྲིན། །ཆོག་  
འདི་ལ་དོན་ཞིག་ཡོད་ན་སྟམ། །གནས་དཔེན་པའི་རི་ཐོར་སྟེགས་ན་སྟམ། །ཆོས་  
ཐོས་པའི་དོན་ལ་སེམས་ན་སྟམ། །ལར་བསམ་པས་ངེས་ཤེས་སྐྱིས་ན་སྟམ། །ཚུལ་  
དེ་ལྟར་ཐོས་བསམ་རྒྱན་སྦྱོར་བར། །ནང་ཡང་དག་འདོག་ལ་གཞིལ་བའི་ཆོ། །གིགས་  
ཕྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་ལས། །དུས་དྲག་དུ་རྒྱལ་བ་ཉིད་གྱུར་ཅིག །ཅེས་ཞི་  
བའི་ནགས་འདབས་བསྐྱེད་པར་བསྐྱེད་པའི་ཐོན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་འབྲུག་རི་ལ་ཕྱི་ཏེར་དུ་ལྷ་དུ་འོང་སྐབས་སྤྱོད་བསངས་  
སྤྱད་གནས་སྐར་སྐར་ནས་དཔྱད་ཀྱང་བྱང་ཕྱོགས་མི་མཚོང་བས་སྐར་གསེར་གཞོང་གི་དབྱེར་ཕྱིན་དེ་བཀའ་ཤིས་འབྲིལ་གྱི་  
ཕྱོགས་སུ་བརྒྱས་པ་ན་དགོན་པའི་རྗེ་ཅན་དུ་སྤྱོད་ནག་རུ་འབྲུག་པ་མཚོང་གི་མདོག་དུ་འབྲིགས་པ་མཚོང་བས་རྒྱན་བྱས་དེ་  
གོང་ཆོའི་དོར་མ་བསྐྱབ་རྒྱ་མཚོ་རྒྱ་དུ་འོད་པས་ཡིད་ཀྱི་འཆར་སྒོ་མཐའ་དག་སྤྲགས་ངེད་པར་འབྲུག་པ་ལྷུང་དབྱངས་  
སྟུམས་བཤོ། །

༄༅། །འབྱུང་འབྲུགས་ནད་ཀྱིས་གཟེར་ཆེ་རྒྱལ་ཀྱན་བྱིན་རྒྱབས་  
འབྲུག་པའི་སྒོ་གཅིག་བྱ་སྤྲོ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་མི་བྱེད་  
དད་པའི་སྒྲོས་གར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་མུ། །ཀ་དག་དབྱིངས་ནས་བཞེངས་ཤིག་ཞང་སྟོན་རྗེ། །ཁ་  
ཞེ་མེད་པར་གསོལ་བ་འདེབས་འདིར་དགོངས། །ག་འདྲའི་སྦྱིད་སྦྱག་ལེགས་ཉེས་  
ཅི་བྱུང་ཡང་། །ང་ཡི་མགོན་སྤྱབས་ཁྲོད་མིན་སུ་ལ་ཞུ། །ཅ་ཅའི་ཚུད་འཐེན་ལ་  
ཞེན་མི་ཡི་ལུས། །ཆ་ཅམ་སྟིང་པོ་མ་ལོན་འཆི་བར་གདུགས། །ཇ་ཁའི་རལ་བ་

གཟེངས་པའི་གཤིན་ཇིའི་མདུན། །ཉ་བཞིན་འབྱོ་ཐོག་བྱེད་དུས་བྱགས་ཇེས་གཟིགས། །  
 ཏ་ཐུ་ག་ཏའི་ཇེས་ཞུགས་རིང་སོང་ཡང་། །ཐ་ཆད་བདག་ནི་སེམས་འཛིན་ཅང་  
 མ་མཆིས། །ད་ནི་ཅི་བྱ་འཆི་བར་དུས་བདུགས་སྒྲུལ། །ན་མ་རེར་ཡང་བཟོད་  
 ཟུགས་མེད་འདིར་དགོངས། །པ་ཏ་ལྷར་འཁྲུག་འཁོར་བའི་གནས་འདི་ན། །པ་  
 རོལ་འཆི་བདག་གྲོང་དུ་མི་འགོ་སྟ། །བ་སྟུ་ཅམ་གྱི་ལས་ཀྱགས་མ་མཆིས་པའི། །  
 མ་རིག་ཐུན་འཛོམས་བདག་ལ་བྱགས་ཇེས་གཟིགས། །ཙ་ཏུར་འབྱུང་བ་འབྲུགས་  
 པའི་ནད་ཀྱིས་ཟིན། །ཛ་བ་བྲག་པོས་གདུངས་པའི་ཉ་མ་ཐག་བདག །ང་ཡ་སྟས་  
 བཅས་ཀུན་དངོས་ཁྱོད་ཉིད་ལ། །ཆ་ལེར་གསོལ་བ་འདེབས་འདིར་དགོངས་ལགས་  
 སམ། །ཞ་བཞིན་མགོ་ནས་གཞོན་པའི་ནད་བྲལ་སྦྲད། །ཟ་མ་བཅུད་ཅན་དག་  
 ཀྱང་སྤངས་པས་ན། །འ་ཁུར་རྒྱུང་གི་འབྱུང་བ་ཆེན་འཕེལ་ཏེ། །ཡ་མའི་གྲོང་  
 དུ་ཆས་ལ་བྱགས་ཇེས་གཟིགས། །ར་གདེངས་འཆི་བདག་ཀྱལ་པོ་མཇལ་བའི་  
 ཉིན། །ལ་ལུང་དོན་བཤད་ཆིག་འདིས་མི་ཡོང་བས། །ཤ་རུས་གདིང་ནས་གཡོས་  
 པའི་དད་གུས་ཀྱིས། །ས་གསུམ་མགོན་ཁྱོད་འཕོད་དོ་གསན་ལགས་སམ། །ཏ་  
 ལ་ཁོང་དུ་སོང་བཞིན་འགྱོད་པ་ཡིས། །ཨ་ཏོ་བཀའ་བཞིན་མ་སྟུབ་སེམས་རེ་  
 གཞོངས། །ད་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་གསང་གསུམ་འཕྲིན་ལས་ལ། །རེ་ལྷོས་འཆའ་འོ་  
 རེ་བས་མ་བསྟུ་ཞིག །ཞེས་འབྱུང་འབྲུགས་ནད་ཀྱིས་གཟིར་ཆེ་ཀྱལ་ཀུན་བྱིན་རྒྱལ་འབྲུག་པའི་སྒོ་གཅིག་བྱ་  
 རྒྱུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཕྱིད་དད་པའི་སྒོས་གར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་སྒྱི་སྒྱར་ར་འཕོད་པ་བདག་བཀྲའི་རྩལ་པོར་མ་  
 རྒྱུམ་ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་རང་རིམས་ཀྱིས་གདུང་སྐབས་རེ་ས་གཞན་ན་མེད་པའི་སྒོ་བརྟོས་བཅས་ཏེ་གདུང་གྲགས་དག་པོས་  
 གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བདེ་བ་པོ། །

༡༡། །གསལ་རིག་སེམས་ཀྱི་འགྲུ་བ་མ་སྦས་ངག་ནས་  
ཐལ་བའི་ཀ་སྤང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ། ཀ་ཡི་དབུས་འགྲུར་ལྷ་ལྷན་གཙོ་བྱས་པའི། །ཁ་བ་རི་བའི་  
གནས་ཆེན་ཀུན་བསྐྱོར་གྱང་། །ག་ལེར་སོས་དལ་གནས་འགྲེལ་འཛོག་པ་ཞིག།  
ང་ཡི་རེ་འདོད་ལྷར་དུ་ཅུང་མ་འགྲུབ། །ཅེ་ནི་སྒྲ་མང་གོགས་དག་ལ་བསྐྱན་ཅིང་།  
ཆ་ལུགས་གཙོ་འཁོར་བཞེན་ཁལ་འདིས་གྱང་ལན། །རྩ་ཡི་སྦྱོར་ལུགས་གང་དོའི་  
བྱང་པར་ནམས། །ཉ་གའི་སྤང་མདའ་བཞིན་དུ་ཡ་ཡོར་བྱང་། །དྲ་རི་ཡུམ་གཅིག་  
འཕགས་མའི་བྱགས་རྩེའི་མཐུས། །ཐ་ཆད་གཙང་ལུས་དེང་སྐབས་མ་དོར་མོད།  
ད་ནི་འཆི་བར་དུས་གདུགས་མི་ཆེ་ཐལ། །ན་མཉམ་གོགས་མཆེད་ཀུན་གྱི་རྩེས་  
སྦྲུལ། །པ་བ་སངས་ལྷར་དཀར་བའི་བསམ་པ་ཡིས། །པ་རོལ་དག་ལ་གསོང་  
བའི་གཏམ་སྦས་གྱང་། །བ་སྦྱུའི་ཅེ་ཅམ་མི་པན་ཕོག་བྱག་མང་། །མ་རངས་  
མི་མགུ་ཕྱག་དོག་འགན་སེམས་འཆང་། །ཅེ་གོ་ར་ལྷར་དབེན་པའི་ནགས་ཁོང་  
དུ། །ཆ་གང་གདུང་སྐྱབས་བསམ་གཏན་ཁང་བྱ་རུ། །རྩ་ལུང་རང་སེམས་འདི་  
ནི་མ་བུལ་བར། །ཐ་སྦྱེས་རམ་གྱིས་བསྐྱར་འདས་ཅི་བྱ་སྟེ། །ཞེ་ལུ་རི་བྱག་  
ཞེས་བྱའི་གནས་མཚོག་འདིར། །ཟ་དོར་རིགས་འབྱུངས་དྲི་བོ་ཀ་ར་ཡིས། །འ་  
བྱར་ཡོ་ལང་དོར་བའི་སྒོམ་སྐྱབ་ཀྱིས། །ཡ་མཆན་བྱབ་པའི་རྒྱ་མིག་འདི་ལྷར་  
བདོལ། །ར་རིའི་དྲིས་བསྒོམ་སེམས་ཀྱི་མེ་ལོང་འདི། །ལ་གོར་སྦྱོང་བའི་ཐབས་  
རྩལ་དུ་མ་ལ། །ཤ་ཐང་འབད་པས་སྐྱབ་པའི་དཀའ་བྱབ་ཀྱིས། །ས་ལེ་སྦྱམ་བཞིན་  
རང་འོད་ནམ་འཆར་སྟེ། །ད་རི་ཅན་དན་རྒྱལ་ས་བསིལ་བ་ཡི། །ཨ་དོ་དམ་



ཆོས་བདུད་ཅི་ཐོས་བྱུང་སྒོམ། །དེ་ཅང་ཉུང་མིན་བྱངས་ཀྱང་བསམ་སྒོམ་གྱི། །ཨ་  
 མི་དེ་ལ་མ་སྤྱད་སྒྲུབ་བས། །བྱང་རྒྱུ་ཐེམས་གྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ཆེར་བརྒན་པ། །བཀའ་  
 གདམས་ནམ་ཐར་གཙང་མ་སྤྲི་ལིས། །པོད་སྒྲོངས་ཡོངས་སུ་གང་བ་གནང་  
 བའི་གདམ། །འབྱུང་བའི་སྤྲ་ལྷས་སྤྱབ་རྒྱ་འདི་ཡིན་སྟེ། །དེ་ནི་དད་པའི་སྟེ་མ་  
 པས་ཐུངས་བྱས་ནས། །རོམ་མེད་དུ་བ་སྒོར་བྱས་ཏེ་འབྱུང་པའི་མཐུས། །ཡིད་  
 ལ་བནགས་པའི་རེ་འདོད་ཀྱན་འབྱུང་པར། །རྟེན་འབྱུང་སྤྲ་ཚོགས་མཐུ་ཡིས་བྱིན་  
 བྱིས་སྒོབས། །ཞེས་གསལ་རིག་ཐེམས་གྱི་འགྲུ་བམ་སྤྲུང་བཀའ་ནས་ཐལ་བའི་གསུང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་གནས་སྒོར་  
 ལུ་ནས་ཚོར་འདུས་སྤྲུམ་པ་ན་རྒྱ་བགའི་གསུང་དེ་ནས་ཡར་ཡོང་སྤྲུལ་གསེར་ཁང་ནས་གཞིག་བསྐྱོད་དེ་རང་ཉིད་  
 གཞིག་བྱ་རིམ་གྱི་ཕྱིན་སྤྲུམ་གསུང་གསུང་གྱི་ལུང་བའི་ནང་དུ་རྒྱ་མེད་པ་ལ་སྐར་ཐོག་དུ་ཨ་དེ་འདི་སྤྱབ་རྒྱ་མཐོང་བས་  
 བྱིན་དུ་དེ་སྤྲུམ་སྤྲུམ་དབྱངས་སྤྲུམ་ཐལ་བའོ། །

## ༡༡། ཁོ་ལ་རྒྱུང་གི་ངག་པ་སྒོམ་པའི་ཐོལ་ སྤྲུམ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་ལོ་ཀེ་ཤ་རྒྱ་ཡ། །ཕྱི་ཐོས་བསམ་གྱི་སྒོ་འདོགས་ལེགས་བཅད་  
 ནས། །ནང་བསམ་གདན་གྱི་འཁོར་ལོར་རྟག་གཞོལ་ཞིང་། །གསང་རིམ་གཉིས་  
 གྱི་རྟོགས་པའི་སྒྲོང་བརྒྱལ་བ། །པ་ཞང་ཆེན་གྱི་ཞབས་མིན་སྤྱིང་གར་བརྟེན། །ད་  
 རྟོག་གེ་ཡི་རིགས་པ་ལོང་བརྒྱུད་གྱིས། །ལམ་བཟོད་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་ཅམ་ཤེས་  
 པ་དགལ། །ངག་ཤུགས་འབྱུང་གི་སྤྲུང་བྱངས་བྱིར་བ་ལ། །ཡིད་གཡང་མེད་དུ་  
 ན་བ་ཐུགས་ཀྱང་འཆལ། །ཐེམས་མོས་གུས་གྱི་ཚད་དུ་ཕྱིན་གྱུར་ན། །པ་རྩེ་བཙུན་  
 སྤྱི་བྱིན་རྒྱབས་སྤྱུར་ཆོད་རེད། །ནང་བསམ་པ་ཡི་བརྟེན་རྒྱལ་ལེགས་བྱུང་ན། །ཕྱི་

སྒྲོར་པ་ཡི་བསྐྱེད་ཚུལ་སྣ་ཚོད་རེད། །ལུས་དལ་འབྱོར་འདི་རྟེན་དགའ་ཤེས་ལྷུར་  
 བ། །དེ་ཆུང་ཐོས་སུ་གཏོང་བ་ཕངས་ཚོད་རེད། །དེ་སྐོ་བུར་དུ་འཛིག་ཚུལ་གོ་  
 ལྷུར་ན། །དུས་དེ་ཀ་ནས་ཚེས་ལ་འབྱུང་ཚོད་རེད། །མར་ངན་སོང་ལ་ཤིན་དུ་  
 སྐྱལ་ལྷུར་ན། །དེར་འཛིགས་སྐྱབས་ཀྱི་སྐྱབས་འགོ་ཡོད་ཚོད་རེད། །ལས་དགར་  
 བཀ་གི་མང་དོར་འབད་ལྷུར་ན། །སྒྲོབ་མི་སྒྲོབ་ལ་དོགས་པ་མེད་ཚོད་རེད། །ཡོངས་  
 མིད་འབྱོར་ཀུན་སྙིང་པོ་མེད་ཤེས་ན། །གནས་འཁོར་པ་ལ་ཞེན་ལོག་འབྱུང་ཚོད་  
 རེད། །མེས་ས་ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་བོར་བཅེངས་ཤེས་ན། །དེར་འབྲལ་འདོད་ཅིག་  
 ངང་གིས་འབྱུང་ཚོད་རེད། །རང་ལས་ཉོན་གྱིས་མནར་ཚུལ་གོ་ལྷུར་ན། །མ་  
 འགོ་ཀུན་ཀྱང་རྗེས་སུ་དཔག་ཚོད་རེད། །དོན་དེ་ཉིད་ལ་རྒྱན་དུ་གོམས་ལྷུར་ན།  
 །བུམས་སྙིང་རྗེ་ཀུན་རིམ་གྱིས་འབྲེན་ཚོད་རེད། །དེ་གོང་འཕལ་གྱིས་ཁྱར་འབྱེར་  
 རུས་ལྷུར་ན། །འབྲས་མེས་ས་བསྐྱེད་ཀྱང་མི་རིང་ཉེ་ཚོད་རེད། །དཔལ་མེས་ས་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ལེགས་ཤེས་ན། །དུས་རྒྱུན་ལྷན་དུ་སྒྲོམ་འདོད་འབྱུང་ཚོད་རེད།  
 །མེས་ས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ལྷུར་ན། །གང་བུས་ཆད་ཀུན་ཚོགས་སུ་འབྱུར་  
 ཚོད་རེད། །ལུས་ཡོངས་སྒྲོད་ཀུན་གཏོང་མེས་ས་སྤེལ་ལྷུར་ན། །སྐྱར་དངོས་  
 སུ་ཡང་གཏོང་བར་རུས་ཚོད་རེད། །རང་གཅེས་འཛིན་ལ་ཀུན་དུ་དགའ་བཞུས་  
 བ། །ལར་འདུག་སྒྲོམ་གྱི་བསྐྱར་ཚུལ་སྣ་ཚོད་རེད། །ཚུར་གཏོང་ལན་དུ་ཕན་  
 པ་སྐྱབ་རུས་ན། །གཞན་བཟོད་པ་ཀུན་སྒྲོམ་པར་སྣ་ཚོད་རེད། །ཁྱིན་གང་གིས་  
 ཀྱང་མི་འབྱུར་ངང་རིང་ན། །མེས་ས་མི་ཞུས་པའི་བཅོམ་འགྲུས་ཡོད་ཚོད་རེད།  
 །དམན་ཡིད་བྱེད་ཀྱིས་སྒྲོད་པར་མི་རུས་ན། །དཔལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་དོར་འཛིན་འགྲུབ་  
 ཚོད་རེད། །གངས་སུ་མེད་ཀྱི་རིགས་པས་མཐའ་བཀག་ན། །དབུས་སྒྲོས་བྲལ་  
 གྱི་ཤེས་རབ་འབྱུང་ཚོད་རེད། །རང་སྤྱིན་བྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་དུག་ལེགས་གོམས་ན། །གཞན་

སྒྲིན་བྱེད་གྱི་བསྐྱ་བཞི་འབྱུང་ཆོད་རེད། །སེམས་གཞན་པན་གྱི་སྒྲིང་རྗེས་ཕྱག་  
 བྱར་ན། །སྒྲོགས་རིས་མེད་གྱི་འགྲོ་དོན་ཡོད་ཆོད་རེད། །སེམས་བྱིང་གོད་གྱིས་  
 བསྐྱོད་པར་མ་གྱུར་ན། །ཉིས་ལྷ་བྲལ་གྱི་ཞི་གནས་འབྱུང་ཆོད་རེད། །སྐར་གཤིས་  
 དཔྱོད་གྱི་གིན་སྐྱེད་ས་འདྲན་ཚོལ་ན། །དཔལ་ལྷག་མཐོང་ཀྱང་མི་རིང་འབྱུང་ཆོད་  
 རེད། །ལར་ནམ་རྟོག་གི་འཕྲོ་འདྲུ་འགོག་བྱུང་ན། །ཡིད་ཉིང་འཛིན་གྱི་གནས་  
 ཆ་སྐྱ་ཆོད་རེད། །ཡུལ་རང་རོས་ནས་སྒྲོང་ལུགས་གོ་གྱུར་ན། །པར་རྟོག་བཏགས་  
 གྱི་འཛོག་ལུགས་སྐྱ་ཆོད་རེད། །སེམས་ཆོས་བརྒྱད་གྱི་རྒྱུང་གིས་མ་འབྲེར་ན། །  
 རྒྱུ་ལྷགས་འབྱུང་གི་སྒྲོད་པ་ཡོད་ཆོད་རེད། །ལུས་ཅ་རྒྱུང་དང་ཐིག་ལེ་དུལ་གྱུར་  
 ན། །སེམས་བདེ་ཆེན་གྱི་ཉམས་རྟོགས་འཆར་ཆོད་རེད། །སྤྱི་སྤྱི་ཡི་ཆོག་  
 ལ་ཞེན་པ་བདག །ནང་ལམ་རིམ་གྱི་སྤྱི་ཁོག་སེམས་ལ་འཇགས། །གསང་ཞར་  
 ཞོར་དུ་དམིགས་ནས་ཅུང་རེ་སྒྲོང་། །ཚུལ་དེ་མཐུན་གྱི་ངག་ནས་སྤྱད་བྱངས་ཐལ། །  
 བྱེད་ནམ་གཉིས་གྱི་བྲགས་ལ་བདེ་འདྲ་ན། །སྒྲོམ་ཉམས་བཞེས་གྱི་གསལ་འདེབས་  
 བབྱེད་པར་འཆལ། །ང་ཙལ་རྒྱུང་གིས་མ་སྒྲོམ་ཐོལ་སྤྱུ་འདི། །མི་གཞན་ཆོ་ལ་  
 མ་སྤྱུ་ཀུ་རེ་འང་ཡིན། །རྗེ་བྱུང་དབང་མཆོག་ཆོས་གྱི་རྗེ་རྗེ་དང་། །དཔལ་དཔེན་  
 ས་པ་ཡབ་སྐུས་ནམ་གསུམ་གྱི། །སྤྱི་བྱིན་རྒྱུལ་ཅན་གཟེ་འོད་འབར་བའི་དུང་། །  
 གཏམ་དེ་སྐད་དུ་བསྐྱད་པའི་ནམ་དཀར་གྱིས། །ཡིད་རྟག་དུ་ཆོས་ལ་སྒྲོགས་པ་  
 དང་། །ལུས་རྒྱན་དུ་རི་སྐུལ་སྤྱུ་བ་དང་། །ངག་བརྒྱས་བརྗོད་ཐབ་མོའི་འཕྲུལ་  
 འདེགས་གྱིས། །སྤྱགས་གཏན་གྱི་བཅན་ས་ཟིན་གྱུར་ཅིག །ཅིས་ཙལ་རྒྱུང་གི་ངག་མ་  
 རྒྲོམ་པའི་ཆོས་སྤྱུ་ཞེས་བྱུང་བའདི་ནི་རང་ལོ་ཉེར་གཉིས་པའི་རྗེ་འདུ་རྒྱུང་མ་བདེ་བའི་སྐུལ་གྱིས་བཀྲ་ཤིས་དགེ་འཕེལ་གྱི་  
 ཡང་དཔེན་གསང་བདག་སྤྱི་རྗེ་པོ་ཆེའི་སྤྱུ་བུ་གཏུ་བ་རྒྱུན་སྤྱུ་བ་བྱིད་སྐུལ་བུ་ཕྱེད་བསྐྱེད་འཛིན་དང་རྗེ་རྒྱུ་དགེ་འདུན་  
 གཉིས་གྱིས་བསྐྱུ་འོར་ལས་རྒྱུ་རས་དབྱངས་སྤྱི་བུ་ཕྱེད་པ་བསྐྱེད་འཛིན་གྱིས་ཡི་གེར་བོད་པའོ། །

༡༡། །ཟབ་གསང་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་ཐོས་དོན་ཉམས་སྲུབ་སྒྲར་བར་  
སྒོན་པའི་དོ་རྗེའི་སྒྲུབ་བྱུངས་བརྗོད་དོན་ཟད་པ་མེད་པའི་གཏིར་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་བརྗོད་ཏེ་ཡ། ཀ་ནས་དག་པའི་དབྱིངས་སུ་རོམ་ཉམ་གྱི་ཡི་  
ཤེས། །ཁ་དོག་ལྷ་ལྷན་འཇའ་འོད་ལང་ཚོ་རུ་སྒྲིན་པ། །ག་ཕུ་ཁ་སྒྲོར་མ་རིག་  
སྒོ་ང་ཡི་སྒྲུབས་ཀྱི། །ང་ཡི་གདགས་གཞི་གཏུག་མའི་རྒྱུད་མེམས་ལས་འབྱུངས་  
སྒྲུབ། །ཅ་ཅའི་གཤམ་པ་དོ་རྗེའི་བསྐྱེད་པ་ཡི་རང་གདངས། །ཆ་གས་ཚོགས་  
པའི་གཞུགས་སྒྲུང་དག་པ་ཡི་སྒྲོད་བཅུད། །ཇ་འོ་རིམ་བཞིན་བར་རིག་བདེ་ཆེན་དུ་  
བསྐྱེད་ཏེ། །ཉ་སྒོ་བ་ལྷར་ཉིན་མཚན་འདའ་བ་ཞིག་བྱུང་ན། །ཏ་ཐུ་ག་ཏའི་ཐུགས་  
བཅུད་ནལ་འཕྱོར་གྱི་གསང་མཐའ། །ཐ་མལ་སྒྲིའི་འཆི་བར་དོ་སྒྲུབ་སྒྲུམ་དུ་སྒྲུར་  
བྱེད། །ད་ནས་འབས་བྱ་ཡོངས་སུ་སྒྲོད་པ་རུ་བསྒྲོམས་ཏེ། །ན་མེད་ན་མེད་དོ་  
རྗེའི་ལང་ཚོ་ཞིག་ཐོབ་ན། །པ་ར་མི་རྒྱར་བཤད་པའི་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་སྒོར་ཉིད། །པ་  
མའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་ཐོ་བདེ་ཆེན་དང་སྒྲུར་ཏེ། །བ་སྒྲུའི་གངས་ལྷན་ཅ་ལམ་རྒྱ་བ་  
ཀུན་བཀག་ནས། །མ་བཅོས་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོར་གཞོལ་བ་ཞིག་བྱུང་ན། །ཅ་རྒྱར་  
བདེ་བས་བྱངས་པའི་སྒོར་བཞི་ཡི་ཡི་ཤེས། །ཆ་སྒྲིག་འབར་བ་གཏུག་མའི་ཐབས་  
ལམ་གྱིས་བསྒྲིད་དེ། །ཇ་ཡི་སྒྲུབ་ཐུགས་རྒྱུད་འཇུག་མཐོང་བ་ཡི་ཚོས་ལ། །ཐ་  
ལེར་ཐོབ་པའི་ལམ་བཟང་སྒྲིབ་ཞིག་བྱུང་ན། །ཞ་པོ་མིག་ཅན་ལོང་བ་རྐང་འདྲའི་  
རྒྱུད་མེམས། །ཟ་མ་དོག་ལྷར་རགས་ལུས་འདོར་ལེན་གྱི་བྱེད་པོ། །འ་ཅག་འཁོར་  
འདས་གནས་སུ་བཅིང་གྲོལ་གྱི་གཞི་མ། །ཡ་མིན་རྒྱུད་འཇུག་གནས་འཇུར་མཐར་

ཐུག་ཏུ་གྱུར་ན། །རྩ་གདེངས་དོན་མེད་ཀྱི་ལས་གང་འདོད་ཏུ་སྦྱུང་བས། །ལ་ཤོར་  
མ་ཆུང་ཡོངས་ཀྱི་བསམ་པ་དང་ཁམས་བཞིན། །ཤ་ཆའི་སྤྱིང་གཏམ་གདམས་  
པས་སྤྱིན་པ་རུ་བྱས་ཏེ། །ས་ལམ་དོགས་པས་སྦྱར་ཏུ་སྒྲོལ་རུས་ཞིག་བྱང་ན། །ད་  
ས་བརྒྱ་ཡེ་བ་སྤུངས་བཅུད་ཀྱི་གདམས་པ། །ཨ་སྤྱི་དེ་འདྲ་སྤྱིང་གི་ཐེལ་དང་ར་  
དུ་ཐོབ་པའི། །སྦྱོར་སྦྱོར་རར་འཕོད་པས་གང་ཤར་གྱི་སྦྱང་དབྱངས། །སྒྲོན་འདུན་  
ཤུགས་དྲགས་བསྐྱེད་པའི་གསལ་འདེབས་སུ་སྦྱངས་སོ། །ཞེས་ཟབ་གསང་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་  
ཐོས་དོན་ཉམས་སུ་བསྟར་བར་སྒྲོན་པའི་དེ་ཉིད་སྦྱང་བྱངས་བརྒྱུད་དོན་ཟད་པའི་གཏིར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་དཔལ་ཞང་ལྷ་  
བཅེན་པའི་ཞབས་ཀྱི་དུས་རྒྱུག་པའི་དཔལ་ལྷན་རིང་པོའི་བར་དུ་སྤྱོད་པའི་མཁུལ་ས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཡོངས་སུ་སྒྲོགས་  
པ་ལ་ཆོག་གི་རེར་སྒྲོས་ཆམ་མ་ཡིན་པར་དོན་གྱི་གོ་བ་འཛོལ་ལུགས་ཀྱི་རིགས་པའི་སྒྲོམ་གསལ་འགྲོ་ཆམ་རྟོག་པ་ལྟ་བུའི་དགོ་  
སྦྱང་སྦྱོབ་ཟང་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིན་ཞེས་བྱ་བས་རྣམ་པར་བརྟེན་བས་པར་ཡོད་ཀྱོ།

༡༡། །སྦྱང་གྲགས་རིག་གསུམ་ལོག་པའི་གཡང་ལས་བཅུན་ཏེ་  
དཔའ་བོ་བྱེ་བའི་གཤེགས་བཤུལ་དུ་གོ་མ་པའི་འདེགས་འཛོག་ཅེན་  
པར་སྒྲོན་པའི་དོན་མེད་ཀྱི་སྦྱང་བྱངས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་སྤྱི་དེ་རུ་ཀླ་ཡ། །སྒྲོས་བཤམ་བདེ་ཆེན་གྱི་དབྱིངས་སུ་རྟག་པ་  
རུ་གཟིམས་ཀྱང་། །གསང་གསུམ་སྒྲོས་གར་གྱི་རོལ་པ་མཁའ་ཁྲབ་དུ་སྒྲོ་བའི། །  
ཐུ་མ་དེ་རུ་ཀའི་དཀྱིལ་འཁོར་དཔའ་བོ་དང་མཁའ་འགོ། །དྲངས་མ་ལྷ་འདུས་ཀྱི་  
ཐིག་ལའི་གུར་ཁང་དུ་གར་མཛོད། །འཕྲལ་སྦྱང་བདེ་བ་ཡི་བྱིས་པའི་རོལ་ཅེད་  
ཀྱིས་བསྐྱས་ཏེ། །ཆེ་རབས་གཏན་སྦྱག་ལ་སྦྱོར་བའི་ངང་ཚུལ་བྱིས་སྦྱོ་བའི། །སྒྲོ་  
བྱར་ཐོལ་བྱང་གི་ཀྱན་རྟོག་རྒྱ་བ་ཡི་རང་གདངས། །ཁ་ནས་ཤུགས་འབྱུང་དུ་བརྒྱལ་

བའི་ཐུ་ཆུང་ཞིག་ལོན་ནོ། །སྐྱུ་གཟུགས་མངོས་སྤང་གི་སྒྲིག་པོའི་བསྐྱུ་བྱིད་ཀྱི་  
 ཉག་ཕན། །སྤང་ཞེན་བདེན་འདོན་གྱི་ན་དར་སྐྱེས་བུ་ཡི་སྤྱིང་ལ། །ཆད་མེད་  
 ཟུག་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྐམ་གདུང་གི་འཕྱར་བའི། །ཟུག་རྩ་སངས་རྒྱས་དང་བུལ་  
 འདི་ལས་སྤང་གི་རྟེན་འབྲེལ། །གང་ཤར་བདེན་འདོན་གྱི་རྩུན་ཕྱག་རིགས་ཤེས་  
 ཀྱིས་མཐོང་སྟེ། །སྤང་སྒྲོང་ཞེན་བུལ་གྱི་རང་ལ་ཅི་འདོད་དུ་བཞག་ནས། །ཡུལ་  
 སྤང་བདེན་སྒྲོང་དུ་ཤར་བའི་བདེ་ཆེན་གྱི་དཔལ་མོའི། །འཕྱུ་མ་ཞལ་དོམས་མེད་  
 དུ་མཇལ་བའི་སྐལ་བཟང་ཞིག་ཐོབ་ན། །གཤགས་སྒྲོང་སྤྲོན་སྤང་གི་ལུས་སྤྲིའི་འཕྱུ་  
 བག་གི་མདང་ཆར། །བསྐྱོད་སྤང་བདེན་པ་རུ་གོ་བའི་གསལ་རིག་གི་འཁེན་ལ།  
 རྒྱུད་མར་ཐོག་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཐར་མེད་ཀྱི་ནད་འདི། །སྒྲོན་གོམས་བག་ཆགས་  
 ཀྱི་སྐྱུ་འབྱུལ་གསོ་ཐབས་དང་བུལ་ཡོ། །སྐྱུ་གཤགས་བག་ཆ་རུ་གོ་བའི་རིག་ཅལ་  
 ཀྱན་རྫོགས་ཏེ། །གཉུག་མ་བདེ་ཆེན་གྱི་བཞོན་པའི་རང་གདངས་ཀྱི་དབྱངས་སྤྲོན།  
 འགག་མེད་རྟོ་རྩེ་ཡི་བཟུངས་པ་མགྱིན་བཟང་མའི་གྲོ་འཕྱར། །ན་བའི་ཡོལ་གོ་རུ་  
 སྤྲོན་པའི་སྐལ་བཟང་ཞིག་བྱུང་ན། །རིག་སྒྲོང་བདེན་སྤང་གི་མཇུང་མོའི་མིག་  
 དཀྱུས་ཀྱི་ཟུར་མདས། །འདོད་གདུང་སྤྲོག་ཤར་གྱི་སྤྱིང་ལ་ཡང་ཡང་དུ་བསྐྱུན་  
 པས། །དཀར་པོའི་སྒྲོག་ཅ་ཀྱན་གཙོད་པའི་ཟུག་གཟེར་གྱི་དུལ། །གཞིལ་བའི་  
 དུས་སྐབས་དང་བུལ་བའི་སྤང་ཚུལ་འདིས་སྐྱོ་བ། །ཁྱེན་ངན་དབང་ཤོར་གྱི་ཀྱན་  
 རྟོག་སྤྲ་རགས་འདི་བཀག་སྟེ། །གང་སྤང་བདེན་སྒྲོང་དུ་ཤར་བའི་བདེ་ཆེན་གྱི་དཔལ་  
 པོས། །དབྱིངས་རིག་དབྱེར་མེད་ཀྱི་རང་མདངས་དཔལ་མོ་ལ་འཕྱུད་ནས། །འདུ་  
 འབུལ་མེད་པ་ཡི་དགའ་བདེ་སྒྲོང་བ་ཞིག་བྱུང་ན། །ཁྱེ་མ་འཁོར་བ་ཡི་སྤང་ཚུལ་  
 སྤྲོག་བུལ་གྱི་རང་བཞིན། །ཁྱེ་དུད་ཞེན་ལོག་གི་སྐྱོ་ཤས་ནལ་མ་ཞིག་སྐྱེས་ཏེ།  
 ཡ་ནོ་བདེ་ཆེན་གྱི་ཐར་བའི་བཙན་ས་རུ་བྱིན་ནས། །ཞེ་མ་མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་འགོ་ཀྱན་

ཅ་ནེ་ཐ་མ་ཐོ་བཟང་ཤུ་མཆོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒྲོར།

སྒྲོལ་རྩས་ཤིག་བྱུང་ན། །དྲ་དེ་འདྲ་ཡི་སྒྲོན་པ་མཆོག་རབ་གྱི་འབྲས་བུ། །དེ་  
དེ་སྒྲུབས་ལེགས་གྱིས་བྱུང་བའི་དགའ་སྒྲོན་ཞིག་སྤྲངས་ན། །ཀྱི་དྲོ་ལང་ཆོ་ཡི་  
རབ་བྱེགས་ཆང་མིག་མར་འགྲོགས་པའི། །ཨ་དྲོ་དགའ་བདེ་ཡི་མཆོན་པའི་གོ་  
སྒྲུབས་དང་བྲལ་ལོ། །ཞེས་སྒྲུང་གསུང་རིག་གསུང་ལོག་པའི་གཡང་ལས་བཅུན་དེ་དཔའ་བོ་བྱེ་བའི་གཤེགས་  
ལྟུང་དུ་གོ་པའི་འདེགས་འཛོག་ཅེན་པར་སྒྲོན་པའི་དེ་མེད་བྱུང་བའི་ཞེས་བྱ་བའི་དེ་དཔལ་འཁོར་ལོ་རྒྱུ་པའི་སྒྲུ་འཁོར་  
ས་འོག་ནས་སྤྱད་པའི་གནས་སྒྲུས་ཡུལ་དེ་དེའི་མོ་བྱང་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་བའི་མོང་བྱིར་བྱས་དཀར་གྱི་གནས་ཁང་ལྟུག་  
པ་ཤུ་ཆེ་ཞིང་གཤིང་ཡངས་པར་དཀར་འཆོགས་ཆེན་པོས་བཀོད་དེ་ཞིབ་མཇུག་ཡིད་ཆེས་པར་བྱས་ནས་སྤྲི་བྲི་མཆོག་སྤུལ་རིན་  
པོ་ཆེ་ཉིན་རེ་བཞེན་ཕྱི་རྒྱུར་ལ་ཡེབས་བྱུང་དུང་ཉིད་ཀྱང་གནས་འབྲེལ་གྱི་སྤྱད་བྱེགས་ཁང་རྒྱོར་ཡང་ཡང་ཕྱིན་སྒྲུབས་དུང་  
རང་བྱོན་དར་ཆོན་གྱི་སྤྱད་འོགས་ཙམ་གྱི་དབྱིབས་མི་རྒྱུད་བགས་རྟེན་དཔས་ཕྱིན་བྱས་སྤྱད་བསྐྱེད་ལེགས་སོན་མིག་ནས་བསྒྲུར་  
དུབ་དུབ་པའི་ངང་རྒྱལ་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱིད་སྤེལ་བྱུང་ནས་སྤྱད་པར་བཞེན་མི་ཕྱིད་དད་པའི་ཆང་གིས་ར་རོ་བར་གྱུར་དེ་དགའ་  
བའི་ཅ་ཅོའདི་ནི་སྤྱི་སྤྱི་རས་བསྒྲུགས་པའོ། །

༡༡། །རང་ཉིད་དགེ་བར་བསྒྲུལ་བའི་དབྱངས་ངེས་པར་འབྱུང་  
བའི་གསལ་འདེབས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ། སྒྲུབས་ཀྱན་འདུས་སྒྲ་མ་དོ་མེ་འཆང་། །པ་མཁན་ཆེན་  
དག་གི་དབང་བོའི་ཞབས། །བྱ་བདག་ལ་བྱམས་བཅེས་ཉིར་དགོངས་ནས། །ཡིད་  
ཆོས་ལ་གཞོལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས། །འབངས་ཉམ་ཐག་བདག་ནི་ཐོག་མིད་ནས། །  
རྒྱད་ཆོས་མིན་བདག་ཆགས་གོ་མས་གོ་མས་ནས། །ལས་རྣམ་དཀར་སྤྱོད་གས་སུ་  
ཐང་ཅིག་ཀྱང་། །སྒྲོ་མི་གཞོལ་མི་ཆེ་ཆུ་གཞོན་བྱས། །སྒྲོན་ཐོག་མིད་ནས་བསགས་  
སྤྲིག་པའི་ལས། །སྒྲོས་མི་འཆལ་མཐོང་ཆོས་འདི་ལ་ཡང་། །དཔངས་རི་རབ་

ལྷར་མཐོ་མང་བསགས་ནས། རང་ལུང་བཅུག་ངང་ཚུལ་བརྗོད་མི་ལང་། རོན་  
 དེ་ཕྱིར་ངེས་པར་ཡོངས་ངེས་ཤིང་། འཛམ་ལོངས་རྒྱུ་ཆ་མེད་འཆི་བདག་གིས།  
 ད་ལྟོ་བྱར་ཟིན་ན་ཅི་རང་དུག ལམ་རན་འགྲོར་མི་སྤྱང་གདངས་ཁེལ་ཅི། འཛམ་  
 འཛིགས་རུང་གཡང་ས་དེར་སྤྱང་ན། བཟོད་དགའ་བའི་སྒྲིག་དགུ་ཕྱོད་བཞིན་  
 ཏུ། འཛམ་ཐག་པའི་འོ་དོད་འཕོད་ན་ཡང་། ཏུས་དེ་ཆོ་སྒྲུབས་སུ་སྒྲིག་འགྱུར།  
 གྱེ་རང་ལ་བརྟེན་བཞུགས་ནི། འཕྲུལ་འདི་སྤྱང་བྱ་བྱེད་འཕྲོ་བཞག་ནས། འཛམ་  
 འཛིག་རུང་ཕོ་ཉས་ཟིན་དུས་སུ། ལན་ངེས་པའི་ཆོས་ཤིག་བྱེད་པར་རིགས། མིང་  
 སྟན་གཤམ་བདུད་གྱི་གཡལ་མོ་དང་། འོ་ར་ལོངས་ཕྱོད་དུག་སྒྲུར་ཞིམ་མངར་  
 ཟས། གཉེན་མཛའ་གྲོགས་ཚོང་འདུས་མགྲོན་པོ་ལྷར། ཁོང་དམ་པས་གསུང་  
 ལ་མཚོ་བསམ་ཐོངས། སྤྱིར་འཁོར་བའི་ངང་ཚུལ་བྱུང་པར་དུ། ལམ་རན་མོང་  
 སྒྲིག་བསྐལ་གསུང་ཙན། བྲགས་སྤྱིང་རྗེས་འཁྱུགས་པའི་དམ་པ་ནམས། གསུང་  
 རྒྱགས་རིང་འབྲིན་ཞིང་སྒྲན་ཆབ་བསྐལ། རྗེ་སྟོ་བྲག་མར་པས་འཁོར་བཡི། ཡོངས་  
 སྒྲིག་བསྐལ་ངང་ཚུལ་འདི་ཙམ་ཞེས། བྱེ་བརྒྱ་རུ་སྒྲུལ་ནས་བསྐལ་བརྒྱའི་བར་།  
 དུས་ཉག་པར་བརྗོད་ཀྱང་འཛུལ་མེད་གསུངས། ཚུལ་འདི་ལྷར་འཛིགས་ཤིང་སྤྱི་  
 གཡའ་བའི། གནས་སྤྱིད་གསུམ་མཚོ་ལས་བཞུལ་བའི་ཐབས། ཆོས་བསྐལ་  
 གསུམ་གྱ་གཟིངས་རབ་བཅུགས་ནས། བྲགས་གཏན་བདེ་རིན་ཆེན་སྤྱིང་བཟོད་  
 རིགས། གཏན་འདི་སྤྱད་རང་ལ་བསྒྲུབ་པའི་དགོས། ཏུས་སྤྱར་དུ་ངེས་འབྱུང་  
 རིན་ཆེན་མེམས། ཆོགས་དགའ་བ་མེད་པར་རྟོད་གྱུར་ནས། ལམ་བསྐལ་གསུམ་  
 ཉམས་སུ་བསྐར་བར་ཤོག ཅིས་རང་ཉིད་དགོ་བར་བསྐལ་བའི་དབྱངས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་གསལ་འདེབས་  
 ཞེས་བྱ་བའི་ནི། དཔལ་ལྷ་པན་ཆེན་དགའི་དབང་དོས་ངེས་འབྱུང་ལས་བཅུམས་པའི་གསུང་བཤད་ནམ་ལའ་ལྷར་རྒྱ་ཆོ་  
 བསྐལ་བས་རྒྱུ་བས་སྤྱར་དེ་ཉིད་པའི་ཆེད་དུ་གྱུ་འདི་དག་ཚུལ་སྤྱོད་པར་རྒྱ་མཚོའི་དཔལ་གྱིས་སྒྲིག་བྱས་སུ་བཀྱིས་པའོ།



༡༡། །ཡལ་རྩེ་མཚོག་ནས་འཕྲིན་མགུར་སྐྱལ་བའི་ལན་དུ་སྐལ་  
བ་དད་པའི་འོ་མཚོ་འཕུར་བའི་རྒྱབ་གྱི་སྐྱ་བརྒྱ་  
ཞེས་བྲ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གྲུ་རུ། སྐྱ་སྐལ་བཟང་མིག་གི་བདུད་ཅིའི་དབྱིད། །གསུང་བྱལ་  
བསྐྱར་ཡོངས་རྩོགས་ཚས་ཕུང་གཉིར། །བྱགས་དབང་སྐྱལ་བརྒྱད་གྱི་དཔལ་བཞེས་  
མ། །པ་འཕྲོ་བའི་མགོན་པོའི་ཞབས་པརྒྱར། །འབངས་སྐང་དོར་སྒོ་ཡི་མིག་  
ལྷོས་ཤིང་། །ལས་བཟང་པོ་མིན་པས་འདའ་བ་ཡི། །ཆོ་འདི་སྤང་རྒྱ་ཡི་གར་  
ཚུད་ནས། །ཆོས་མཚོ་བྲལ་གྱིས་གདུང་ན་ཡིས་མཆིད། །རྩེ་རྒྱལ་བསྐྱར་རིན་  
ཆེན་བསམ་འཁེལ་ནོར། །རྒྱུད་སྐྱུན་པ་སེལ་བའི་དཔུང་གཉིན་དུ། །འོད་སྒྲོང་  
སྐྱག་བདོ་བའི་ཅེ་དགའ་ཡིས། །དཔལ་དགེ་བཅུའི་ལང་ཆོ་ངོམས་པའི་ཆར། །ཡོངས་  
འཕྲོ་བའི་ལེགས་བྲས་གྱིས་བསྐྱུན་པའི། །སྐྱ་སྤྱིད་ཞིའི་མཚོད་སྒྲོང་ན་མེད།།  
བསྐྱར་འཕྲོ་བའི་དཔལ་དུ་སྐྱུ་མ་མེ་བ། །འཚོ་གཞིས་པའི་བཀའ་རིན་ཐ་སྐྱག་ནས།།  
ཆིག་སྐྱར་འགྱུར་དབྱངས་ཅན་རྒྱུད་དུ་བཀྲལ། །དོན་ལོ་རྒྱས་སྒྲོས་པ་མཁའ་ལྗང་  
ཡངས། །འབངས་གྱི་ནར་རྩེས་བཅེའི་ནང་ཉམས་ཅན། །བཀའི་སྐྱེགས་བྲལ་བདེ་  
ཆེན་འཁོར་ལོར་འཕྱོར། །དུས་དེ་ཆེ་དགའ་དང་སྒྲོ་བ་ཡིས། །ལུས་བ་སྐྱུའི་སྐྱ་  
ལོང་གོས་གྱིས་བྲལ། །རྒྱ་བྱགས་འཕྱུང་གསོལ་འདེབས་དབྱངས་གྱིས་བྲེལ།།  
ཡིད་གང་སྐྱུའི་དོན་སྐྱུའི་རི་མོས་མནན། །འཕྲིན་ལེགས་པར་ཐོས་པའི་དགའ་བ་  
ཡིས། །པལ་རྟོག་གིས་སྤར་བསམ་བརྗོད་བྲལ་བ། །དོན་སོ་སོར་རང་རིག་ཡི་  
ཤེས་བདེ། །མཚོན་གསུངས་ལ་ངས་པ་གཉིང་ཚུགས་བྱིན། །གནས་སྒོ་སངས་

སྒྲུང་ཅན་གྱི་དཔེ་མིག །ས་དྲག་མེའི་འདབ་བརྒྱའི་གཞིན་གྱུར་བ། །ཆེས་ཕྱ་  
བའི་ལས་ཚུལ་རྟེན་འབྲེལ་གཤིས། །འདི་བསམ་ཞིང་དགའ་བའི་རྒྱ་ཐོ་བདུངས། །  
ཡུལ་བྱང་གི་རྒྱུད་ནས་སྒྲོ་ཚུགས་འདིར། །མི་རྒྱ་འབྲུལ་ངག་གི་ལམ་བརྒྱུད་དེ། །  
གདམ་སྙན་པའི་འཕྲང་བ་རིམ་བཞིན་དུ། །འབངས་སྐྱེ་འཛིན་བྱ་གར་འདི་ལྷར་  
སོན། །མ་ཁྱུང་ཆེན་རྒྱལ་གྲུས་བཞུལ་བའི་ཆེ། །དགྲུང་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་  
ནས་འཇང་ཆོན་སྒྲེ། །རྗེ་འཁོར་བཙས་བཞུགས་པའི་གྱུར་ཟུག་པ། །སྤྱོད་པ་དེ་  
ཡི་རྒྱ་པོ་བྱེད་སྤྱིས་མཐོང་། །དེ་ཀྱན་ཀྱང་ཡ་མཚན་རོ་མཚར་གྱི། །སེམས་  
དགའ་མགུར་དཔེ་ཅ་ཅའི་དབྱངས། །སྤྱོད་པ་ཀྱན་དུ་བརྒྱུད་མར་བསྐྱགས་པ་  
ལས། །མཚན་སྙན་པ་འབྲུག་གི་སྐྱ་བཞིན་མྱེར། །ཆེས་སྤྲིགས་མའི་སྐྱག་གི་  
སྒྱིབ་པ་ཡིས། །ལས་དཀར་པོའི་སྒྲུང་བ་རྒྱུ་དུས་འདིར། །ཚུལ་དེ་ཅམ་མིག་  
ལ་མཛོན་གྱུར་པའི། །མི་དེ་ཀྱན་ལས་སད་སྐལ་བཟང་སྙམ། །དོན་ངེས་གནས་  
རྒྱལ་བ་རིན་ཆེན་མང་། །སྒྲུབ་རིན་པ་རྒྱལ་ཆེན་ནམ་ཐོས་སྤྱིས། །འཁོར་རྟ་བདག་  
བརྒྱུད་དང་བཙས་པ་ཡིས། །ཐུགས་དགའ་བའི་གར་གྱི་རོལ་ཅེད་འཆམས། །རྗེ་  
རང་གི་སྒྱིབ་མེད་ཐུགས་ཀྱི་རོར། །གང་གར་བ་མཚོད་དཔོན་ལས་བརྒྱུད་དེ། །དཔོན་  
གསར་ཐུགས་བདེ་ཆེན་སྒྱིང་ཉིད་དུ། །གསར་སྒོལ་དུ་འཇུག་པའི་བཀའ་རིན་བསྐྱུངས། །  
སྒོན་ཐུགས་བསྐྱེད་རྗེས་ཀྱི་ཁས་སྒྲངས་མཐུས། །ཡོངས་འཁོར་བའི་དབྱུལ་ཐོངས་  
ཞི་བ་དང་། །ཆོས་འདུལ་བའི་བཙས་བྲིམས་དར་བ་སོགས། །ཐུགས་དགོངས་  
པའི་གཏིང་མཐའ་སྒྲུ་ཡི་དཔོག། །དཔལ་ལྷ་བཙན་གནམ་བསྐྱོས་གོང་མ་ཡི། །ལུང་  
ལས་མཚན་གྱིས་མཐོ་དུ་ཐོག་ཟུ། །ཟུང་རིམ་བཞིན་རང་རང་རེ་འདོད་ཀྱི། །ཆོས་  
ཞུ་བར་རིང་ནས་སེབས་པ་ལ། །དཔལ་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པ་ཡལ་དགའ་དང་། །ཡུམ་  
རྗེ་བཙུན་རྟོ་རྟེན་ལ་འབྱོར་མའི། །བསྐྱོར་གང་བཞུགས་བུམ་པ་གང་བྱོའི་ཚུལ། །

གསུང་བདུད་ཅིའི་ཆར་གྱི་དགོངས་འདུན་བསྐྱངས། རྗེ་པད་འབྲུང་ཕྱག་གི་རི་  
 ཁྲ་ཅན། མཚོ་ཁྲིཤོར་ཀྱལ་མོ་ཞེས་བྱའི་དབུས། རི་སྒྲིང་གཟུགས་མ་རྟེ་དེ་བ་  
 ཞེས། གནས་ངོ་མཆར་ཅན་དེར་འབྱེན་ནོསྟེ། ཡོངས་ཚོགས་ཀྱི་ཞིང་གི་  
 མཚོག་རབ་ཕུལ། དྲིན་ཀྱལ་ཀུན་ལས་ལྷག་ཐུགས་ཆེའི་གཏེར། མགོན་གུས་  
 མཚོད་བཀའ་བྲིན་ཆེས་དྲན་གྱིས། ཁྱེ་གཡོ་བདོན་ལྷན་འདི་ལྷར་བྱ། བྱི་མཁས་  
 བཙུན་བཟང་པོའི་དཔལ་གྱི་བཞིན། རྒྱང་མཁུན་བཙེ་རྩས་པའི་གཏེར་དུ་རྫོགས།  
 གསང་རིགས་བརྒྱ་རིགས་ལྷ་རིགས་གསུམ་དངོས། ཡམ་མི་བསྐྱོད་དོ་ཆེའི་ཞབས་  
 ལ་འདུད། བྱི་བྱ་བ་འཁོར་ལོས་ས་སྟེང་བྱབ། རྒྱང་སྟོང་བ་བསམ་གཏན་ཁོ་  
 ནས་འདལ། གསང་མཉམ་ཆེས་དབྱེར་མེད་འདྲེས་པ་ཡི། མགོན་སངས་རྒྱས་  
 ཀུན་འདུས་ཞབས་ལ་འདུད། བྱི་ཀྱལ་བསྐྱན་སྐྱོངས་སྟེལ་བསྐྱང་རྩས་བཤེས། རྒྱང་  
 གངས་རིའི་མགོན་པོ་སྐུན་རས་གཟིགས། གསང་དཔལ་ཚེན་ཏེ་རུ་ཀ་ཡིས་དངོས།  
 རྗེ་བྱབ་བདག་འཁོར་ལོའི་མགོན་པོར་འདུད། དཔལ་ཟག་མེད་བདེ་སྟོང་མཚོད་  
 པའི་སྒྲིན། ཞིང་རབ་འབྲམས་ཀྱི་མཚོའི་ཁྲོན་བཀའ་སྟེ། དུས་འཁོར་བ་སྟོང་  
 མིན་དེ་སྤྱད་དུ། ཡོངས་འདོད་ཀྱའི་གཏེར་གྱི་བསྐྱེན་བཀུར་བཞི། ཁྲོན་ཅོག་  
 མེད་དུས་ནས་ད་ལྟའི་བར། ཁེམས་འདོད་སྤང་མོངས་པའི་དབང་ཁོང་ལས། རྫོས་  
 ལྷ་མར་བསྐྱེན་པའི་རྫོ་གསུམ་ཉེས། ད་སྒྲིང་སྟེ་བཤགས་པོ་དག་གྲུར་ཅིག། རྫོར་  
 རྫོ་འཕགས་བདག་གཞན་དུས་གསུམ་དག། རྫོས་ཁྲིད་ཀྱི་གསང་གསུམ་སྐྱ་མའི་  
 འཕུལ། སྐྱ་གང་འདུལ་རོལ་གར་བསྐྱར་བ་ལ། ཁེམས་དགའ་བས་ཆེས་སུ་  
 ཡི་རང་ངོ་། མ་འགྲོ་བའི་ཁམས་དང་བསམ་པ་བཞིན། ཚོས་ཟབ་རྒྱས་མདོ་  
 ཐུགས་བདུད་ཅིའི་ཆར། དུས་ནམ་མཁའ་རི་སྤྱོད་གནས་ཀྱི་བར། རྒྱན་ཆད་  
 པ་མེད་པར་དབབ་དུ་གསོལ། ཡོངས་ཀྱལ་ཀུན་གསང་གསུམ་ཟེ་མདོག། སྐྱ་

རྩེ་མི་ལང་ཚོ་སྤྱོད་མཐའི་བར། །གཤིས་འཕྱར་མེད་གཡུང་རྒྱུད་ཚོས་ཀྱི་ཁྲིར། །  
 ཏུས་བསྐལ་བ་རྒྱ་མཚོར་རྟག་བཞུགས་གསོལ། །འབངས་སློང་གསུམ་ནམ་དགར་  
 ཅི་བགྱིས་པ། །རྩེ་ཁྲོད་ཀྱི་ནམ་མཐར་ཟིན་པ་དང་། །མ་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་དམིགས་  
 མེད་སྒོས། །དཔལ་སྐྱེ་བཞིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཕྱིར་བཞོ། །འབངས་སློན་རབས་  
 ལས་འབྲེལ་ཟབ་མོའི་མཐུས། །རྒྱུད་གཞིན་རྒྱར་གྱུར་པ་ལོ་བརྒྱད་སྟེང་། །མགོན་  
 ཁྲོད་ཀྱི་ཞབས་ཟིན་མཐོང་ཚོས་འདིར། །ཆོས་ཉན་པ་དང་པོའི་དགའ་སྟོན་ལྟོང་། །  
 སྟོས་གངས་རིའི་མགོན་པོ་སྐུན་རས་གཟིགས། །ལྷ་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་དབང་  
 བསྐྱར་དང་། །གཟུངས་ཡི་གེ་དུག་མའི་བརྒྱས་ལུང་སོགས། །ལ་འཛིག་རྟེན་  
 མགོན་པོའི་མདུན་ནས་ཐོབ། །ཏུས་དེ་ནས་བཟང་བྱ་ལྟ་འདས་ཆེ། །མི་གཞན་  
 ཀྱི་བསྐལ་ལ་སྟེས་མིན་པར། །སྙན་ཅལ་རྒྱུད་ཤིང་ལོ་རྒྱུད་ཁྲིར་བཞིན། །རྩེ་ཁྲོད་  
 ཀྱི་ཞབས་རྒྱུད་སྟེགས་ཉེ་འོངས། །ཡོངས་ཚད་མའི་ལུང་གིས་ཟིན་པ་ཡི། །དཔལ་  
 བཟའི་གིས་གཤམ་སྐྱེ་འབྲེལ་བའི་སྟེང་། །མཁས་གྲུབ་པ་ཡོངས་ཀྱི་བསྐྱེ་གནས་  
 འདིར། །སྟོ་གོས་ཕྱིར་མ་ཡིན་ཆོས་ཕྱིར་ཞུགས། །རྩེ་ཉིད་དང་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་  
 འཕུལ། །གཅིག་དུ་མར་གར་བའི་དགའ་བའི་བཤེས། །ཆོས་ཚུལ་བཞིན་སྟོད་པའི་  
 དམ་པ་འགའི། །ཞབས་སྐྱི་པོར་རྒྱང་ཞིང་ལུན་རིང་བསྟེན། །ལོ་བརྒྱ་ཐུག་གསུམ་  
 ལྷག་ཆོས་གྱར་འགྲིམས། །གཞུང་བཀའ་པོད་ལྟས་མཚོན་མདོ་རྒྱུད་སྦྱངས། །གཞན་  
 ཟེར་སྟོན་བསྟོན་བ་ཅམ་མིན་པར། །ལུང་རིགས་པས་འབྱེད་རྩལ་སྟོགས་ཅམ་གོ། །  
 མགོན་སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་དཀོན་པ་ཡིས། །ཆོས་གསང་སྐགས་རྒྱུད་སྟེ་ནམ་  
 པ་བཞིའི། །དབང་ལུང་ཁྲིད་རྩེས་གནང་བཤད་བཀའ་སོགས། །རང་འདོད་ལྱ་  
 ཉན་པའི་སྐལ་བཟང་ཐོབ། །ནང་རིག་པའི་ཡན་ལག་ཐུན་མོང་གཞུང་། །གཞན་  
 ཚར་གཅོད་རྩེས་འཛིན་རིགས་སྟོལ་བཅས། །མཐོ་སྟོན་ཤིང་ལ་རྟེན་འབྲེལ་བཞིན། །

ཅ་ནེ་བླ་མ་བློ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགྱུར་གྱི་སྐོར།

དགའ་ཅེ་མོར་མིར་པའི་འདོད་འདུན་རྒྱས། །ཡུལ་མཛོད་དབྱུག་གཙང་གསུམ་བཟུན་  
 པའི་བདག། རྗེ་རྒྱལ་བ་པཎ་ཆེན་ཀུན་མཁྱེན་ཉིད། །སྒོམ་ཁྱོད་ཀྱི་ནམ་དགར་  
 འཕྲིན་ལས་ལ། །ཞེ་གཏིང་ནས་རངས་པའི་ངེས་ཤེས་སྒྲིས། །སྤོན་ཕུ་མེད་གོམས་  
 པ་དག་པོའི་ཤུགས། །ཆོ་འདི་སྤང་ཞེན་པ་ཨ་འཐས་ཀྱིས། །སྒོ་ཆོས་སུ་འགྲོ་  
 པའི་སྒོ་འཁེགས་ལས། །ཆོས་སྒྱོད་རྩལ་ཕྱོགས་འགྲོ་འལ་སྒྲིས་ངེས། །འདི་  
 ཀུན་གྲང་བཀའ་བྲིན་མཚུངས་མེད་རྗེ། །སྐབས་གཅིག་ཆོག་མགོན་པོ་ཉིད་ཀྱི་བྲིན།  
 བྲིན་བསམ་ཞིང་དང་བའི་མཆི་མ་བཀྱ། །ཡིད་འཕུ་ཕྱོར་གྱུར་འདི་གཟིགས་ལས་  
 རི། །འབངས་སེམས་ཀྱི་འཆར་སྒོ་ཕྱེ་ལེབ་འད། །དུས་རེ་འགའ་མཐོ་ལ་རེ་  
 འགའ་དམའ། །ཆོག་ཐོས་པས་དགའ་སྟེ་བར་སྤང་འགྲོ། །དོན་སེམས་པས་ཁྱུ་  
 ཞིང་ཅ་སུལ་འདྲལ། །རྗེ་ས་ལེར་གཟིགས་པའི་སྒྲུན་སྒྲུ་ཏུ། །དང་ཡ་ཡོ་མེད་  
 པར་སུལ་བའི་མཐུས། །ཆོས་ཐོས་པའི་རྗེས་འདུག་སྐྱབ་པ་ཡིས། །རྒྱུད་སྒྲིན་  
 ཅིང་གོལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །སྤན་ཆེ་ཞབས་འདི་དང་ཕྱི་མའི་བྲིང་། །ཐུགས་  
 རྗེས་བརྩེའི་སྒྲུན་གྱི་བཙས་བཞིན་དུ། །ཡོངས་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་འཕྲིན་ལས་ལ། །ས་  
 ཁྱོད་ཀྱི་མཛད་འཕྲིན་སྤེལ་རྩས་ཤོག། །དུས་བསྐལ་བ་རྒྱ་མཚོར་སྤྲད་ཅིག་རེ།  
 དཔལ་ཀུན་བཟར་སྒྱོད་པས་གྲངས་མེད་འགྲོ། །ཡོངས་སྐྱབ་བསུལ་སྤྱིད་པའི་རྒྱ་  
 གཏིར་ལས། །སྒོལ་རྩས་པའི་སྤྱིང་སྒྲོབས་མཐུ་དབྱེད་སྒོལ། །འཕྲིན་འདི་ཡང་  
 ཡབ་རྗེའི་བཀའ་ལྟར་བཞིན། །མཚམས་བསྟེན་ཁུལ་བསྤྱིད་པར་དུས་གཏུགས་  
 པས། །ཆོག་སྒྲུན་དག་གོས་ཀྱི་སྐྱབ་བསམ་ཞིང་། །གང་གར་ཆད་འབོལ་ཅོམ་  
 གཅེར་བྱར་སྤྱང་། །ཐུགས་ཟག་མེད་བདེ་ལ་ཉག་རོལ་བ། །འཕྲལ་དགའ་སྒྱོའི་  
 སྤང་བས་གཡོ་མིན་ཡང་། །མལ་བྱིས་ངོར་རྩ་བའི་སྒྲོ་སངས་ཤིང་། །ཞལ་འདུམ་  
 དགར་བཞད་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག། །ཕྱི་ནི་མའི་དཀྱིལ་འཁེལ་སྒོ་ཕྱོགས་ནས། །བྱང་

ཅོན་མཆོད་ཀྱི་མཆོད་གསུང་ལས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒོར།

བཀོད་པའི་བྱིས་ཀྱི་འཕེལ་བརྒྱུད་ཤིང་། །གསེར་བཙོ་མའི་མདངས་འདྲིན་འདབ་  
བཟང་ལོའི། །ཞལ་གསར་དུ་རོམ་པའི་དུས་སྟོན་དུ། །འབངས་རབ་དགའི་འོ་  
མཆོ་འཕྱར་སྟོང་ནས། །དར་དཀར་པོའི་རྒྱབས་ཀྱི་ཅེ་དགའ་འདི། །ཡུལ་དུས་  
གསུམ་རྩེན་གཟིགས་སྤྲོད་ཀྱི་རས། །དུས་ཡུད་ཅུང་རོལ་བའི་རྟོན་དུ་འབྱུང་། །ཞེས་  
པ་འདི་ནི་ཡུལ་རྩེ་མཆོག་སྒོ་མིག་སངས་སྤྲུལ་བདེ་ཆེན་དུ་བཞུགས་སྐབས་འཕྲིན་མཁུར་སྒྲུབ་པའི་ལན་དུ་སྤྲོ་སྤྲོ་རས་ལུལ་  
བརྩེ་མི་ཤེས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ཁོར་བུ་རྣམས་ཐར་བྱིས་ནས་ལུལ་འདྲུག་ཆེར་བསྐྱེད་ཡང་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་བརྩེན་ཚུལ་  
ཅུབ་དང་བསྐྱེད་སེལ་བྱེད་འདི་རྩེས་སུ་དཀྱིལ་གསུང་དང་བྱེད་ཅེས་གསུངས་པའི་དོན་ལ་སྤྲོ་སྤྲོར་ཁྱུ་ལྟུང་པའི་མཆོད་ཀྱི་འཆར་  
སྟོན་མོར་བྱིས་པ་མ་ཤེས་པ་ལོ། །

༄༅། །གསལ་རིག་སེམས་ཀྱི་གར་མཁན་རྣམས་འཕྱར་སྟོང་གི་  
རོལ་སྒྲིག་འཆར་བའི་སྤངས་སྤྲུབས་ཀྱི་རང་གཟུགས་འབྱུངས་  
སྤུངས་པ་སྤྲོ་བྱེད་ཀྱི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་གཅིག་ཉིད་ཀྱི་མེ་ལོང་  
དུ་མཛོན་པར་འཕྲོས་པའི་གདམ་ངང་བའི་བྱ་མོས་རྣམས་པར་  
ཅེན་པ་འོ་མའི་མཆོ་ཆེན་འཕྱར་བའི་རྒྱབས་ཀྱི་  
སྤྲོ་བ་ཀྱི་ཞེས་པུ་བ་བཞུགས་སོ། །

ཨོྲཱ་ཨྲཱ་ཨླཱ་ཨྴཱ་། མཛེས་མཛེས་མཚན་དཔེས་སྒྲིག་པའི་ལང་ཆོའི་  
སྤྱི། །སྟན་སྟན་འཕྱར་ཁྱུག་བཅུ་སྟག་དུག་ཐུན་གསུང་། །གསལ་གསལ་རྣམས་  
པར་མི་རྟོག་ཡི་ཤེས་ཐུང་། །ཡང་ཡང་དམ་ཅོ་འཇམ་དཔལ་ཡབ་ཡུམ་གྱི། །མང་  
མང་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡི་ཤེས་ལུས། །སྤྲོ་བ་སྤྲོ་བ་དམར་སེར་འོད་དུ་འབར་བའི་སྤྱི། །  
ལྷེས་ལྷེས་རལ་གྱི་འཁྲི་ཤིང་གཡོ་བ་ཡིས། །དམ་དམ་མཐར་འདྲིན་འཆིང་བྱ་

ལྷུར་ཚད་ཅིག། །སིལ་སིལ་སོར་གདུབ་འབབ་པའི་སྒྲ་དང་སྒྲ་། །སྒྲ་སྒྲ་རྒྱ་  
 མངས་བཞད་པའི་སྒྲ་དབྱངས་གྱིས། །ལྷུར་ལྷུར་སྒྲ་པའི་སྒོ་བས་པ་འབུམ་གྱི་སྒོ།།  
 མ་མ་ཚངས་པའི་སྒྲ་ས་མོས་དེར་བྱེ་ཞིག། །འདར་འདར་ལུས་གྱི་འཁྲིའི་ཁར་མ་འབྲེལ་  
 ཞིང་། །མར་མར་མགྱིན་པའི་རྒྱ་དྲག་མ་ཚད་ལ། །ཁྱུག་ཁྱུག་རིག་པའི་སྒོ་ག་  
 བྲེང་མ་ཡལ་གོང་། །སྒྲ་སྒྲ་བྲག་ཆའི་དབྱངས་འདི་སྒྲོག་ལ་སྒོ། །ཁྲིམ་ཁྲིམ་  
 གཡོ་བ་པསྒོའི་རྒྱར་བྱད་ཅིར། །སྒྲ་སྒྲ་གི་སར་བཞད་པའི་དོ་རྩ་རྩ། །འདར་  
 འདར་རྒྱང་བས་བསྐྱེན་ཅིང་འཕུར་མིང་གིས། །སྒྲ་སྒྲ་དབྱངས་སུ་འཁྲོལ་པའི་  
 སྒྲ་རྒྱང་བཞིན། །མཁས་མཁས་ཡོངས་གྱི་བསྐྱི་གནས་ཚོས་གྱི་གྲར། །འབད་  
 འབད་ཚོལ་བས་དམ་ཚོས་བདུད་ཅིའི་རོ། །ཡང་ཡང་ཐོས་དང་བསམ་པས་བྱངས་  
 བྱར་ཏེ། །སིལ་སིལ་དགའ་བ་རྒྱས་པའི་སྐབས་ཤིག་ན། །འཕྲུམ་འཕྲུམ་བྱ་རུའི་  
 མཆུ་སྒོམ་བཞད་པ་ཡི། །དཀར་དཀར་འོད་འཛེར་དྲུང་གི་ཚེམས་བར་ནས། །ཁྱུག་  
 ཁྱུག་འབྲུལ་གྱི་ལྷགས་ནི་རབ་བསྐྱོད་དེ། །སྒྲ་སྒྲ་ཚངས་པའི་དབྱངས་གྱིས་འདི་  
 སྒྲ་ཅིས། །གང་གང་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་རག་ལས་པ། །དེ་དེ་རང་གི་རོས་ནས་སྒྲོང་  
 རོ་ཞེས། །ཡང་ཡང་བརྟེ་བས་འདོམས་པར་མཛད་པ་ཡི། །མཁས་མཁས་སྒྲོན་  
 པ་མཚོག་དེའི་སྒྲ་དེན་དན། །མང་མང་བསྐལ་བ་རྒྱ་མཚོར་བྱ་དགའི་སྒྲོད། །གཅེས་  
 གཅེས་ལུས་དང་ཡོངས་སྒྲོད་སྒྲ་པའི་གཉིན། །ཡང་ཡང་བཏང་ཞིང་དེ་བཞིན་  
 ཚོས་བྱམས་པས། །འཛིགས་འཛིགས་དབྲུ་ལས་སྒྲོབ་མཛད་དེར་བྱག་འཛལ། །གང་  
 གང་བཞེད་པ་འཕྲུག་པའི་ཡོན་ཏན་རིས། །གསལ་གསལ་སྒྲིང་གི་མེ་ཡོང་རོས་  
 ཁྱབ་པར། །སྒྲ་སྒྲ་གུས་པའི་ཕིར་གྱིས་འབྲི་བྱེད་ན། །ལྷུར་ལྷུར་བྱགས་རྒྱའི་  
 འཕྲུམ་ཞལ་ད་སྒྲོན་ཅིག། །མཐོ་མཐོ་དམ་པའི་བཀའ་འཕྲིན་མཆོར་ས། །ཡང་  
 ཡང་བསྐྱབས་པ་ཟབ་བརྒྱིང་ཡིད་གྱི་མཚོར། །གསལ་གསལ་འཆར་སྒོ་ཟེར་མེང་

སྒྲོང་ལྷན་པའི། །སྟན་སྟན་ལེགས་སྒྱུས་ཉི་མའི་བྲང་འདི་བསྟར། །སེམས་འཕངས་  
 མི་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚོ་འདི་འདྲ་ཡོད་ཅེས་པ། ལིང་ལིང་གར་སྟབས་བསྟར་བའི་གོམ་འགྲོས་ཀྱིས།  
 ལྷུང་ལྷུང་འཆི་བདག་ཕྱོགས་སུ་རྒྱག་པ་ཡི། །སོ་སོ་སྒྱུ་པོ་ལས་ཀྱིས་བདས་པ་བདག།  
 རང་རང་འདོད་པའི་དབང་ཅི་ལས་རྗེས་འགོ། །མང་མང་གསེབ་ནས་མར་གྱི་སྒྱུ་  
 བཏོན་བཞིན། །ལྷུང་ལྷུང་ག་ཤེད་སྒྱུས་ཆེན་འདེགས་པའི་ཆོ། །མཁོ་མཁོ་འཕྱོར་  
 བ་མང་ཡང་འབྱར་དབང་ཅི། །སྟན་སྟན་གསལ་པ་མཐོ་བས་ཅི་ལ་པན། །ལྷུང་  
 ལྷུང་འདའ་བའི་དྲུས་གྱི་ལོ་ཟླ་ཡང་། །ཡུད་ཡུད་འཛད་པའི་རང་རྩལ་འདི་ལྟར་  
 ན། །ཆེ་ཆེ་མཐོ་བའི་གཡ་དུ་སྟེགས་པ་དང་། །སྟན་སྟན་གསལ་པ་བསྒྱུབ་པའི་  
 གོ་སྒྲུབས་གང་། །ངེས་ངེས་འཆི་བ་མདུན་ན་འདུག་བཞིན་དུ། །དོགས་དོགས་  
 བག་ཐོན་ཅི་ཡང་མི་བྱེད་པར། །དལ་དལ་སོས་བདེར་འདུག་པ་ཅང་བདེན་ནམ།  
 རང་རང་གར་སྒྱུའི་གདེང་བུལ་གྱི་མ་དུད། །མཛེས་མཛེས་ལང་ཆོས་དྲིགས་ཉི་  
 གྲོས་པ་ཡི། །གཞོན་གཞོན་དར་བབས་འགའ་ཡང་སྒོ་བྱར་དུ། །འཛིགས་འཛིགས་  
 འཆི་བདག་ཁ་རུ་སོང་གུར་ན། །ལྷོད་ལྷོད་དལ་བར་འདུག་འདིས་བསྒྲུས་ལ་ཁད།  
 འཛིགས་འཛིགས་གཤིན་རྗེའི་ལོ་ཉས་ཟེན་པའི་ཆོ། །རིག་རིག་མིག་གིས་ཕྱོགས་  
 མཚམས་གར་བསྟེན་གྱང་། །ལྷང་ལྷང་དགའ་བ་བསྒྲིད་པའི་ཡུལ་བུལ་ཞིང་། །ཁྱུ་  
 ཁྱུ་སེམས་ཀྱིས་དབྱུལ་ཁམས་འགྲིམ་པར་མཆི། །གཙང་གཙང་ནམ་དཀར་བྱས་  
 པའི་གདེང་མེད་ན། །འཛིགས་འཛིགས་གཤིན་རྗེའི་མདུན་དུ་སྒྲིབ་པའི་ཆོ། །གསལ་  
 གསལ་ལས་གྱི་མི་ལོང་དོས་ཉིད་དུ། །རིག་རིག་མིག་གིས་རི་ལྟར་བསྟར་བར་བྱ།  
 ལྷག་ལྷག་ལས་རྒྱང་དག་པོས་བསྒྲོད་པ་ཡི། །འུར་འུར་མེ་ཕྱེ་འབར་བའི་བྲང་ཆོགས་  
 ཀྱིས། །དམ་དམ་ལུས་གྱི་བྱད་གིང་ལ་འབྱུང་ནས། །བྱལ་བྱལ་གཞོབ་དུ་སྟེག་  
 ཆེ་རི་ལྟར་བྱ། །ཟབ་ཟབ་གཉིང་རིང་དབྱུལ་བའི་མེ་དོང་དེར། །རྟུང་རྟུང་གོམ་



འགྲོས་འཁྱོར་ཆོས་སྒྲིང་འདིར། ཆེས་ཆེས་གཡུ་འབྲུག་སྐད་གསང་སྒྲིར་བ་བཞིན།  
སྟན་སྟན་གྲགས་པས་བྲུབ་ཀྱང་དེས་ཅི་པན། མཐོ་མཐོ་རྩེད་བཀྱར་གྲགས་པ་འབྲུབ་  
སྐད་དུ། སྐལ་ལཱ་དགའ་བ་བརྒྱ་ཐུག་བསྟེན་ན་ཡང་། མང་མང་བྱ་བས་གཡེང་  
ལས་དོན་གོ་ཆུང་། རང་རང་ཆོད་ཀྱིས་ནམ་དགར་འབད་ན་སྟམ། མཛེས་མཛེས་  
པད་མཆོར་ཅེན་པའི་ལྷ་ནམས་དང་། ལྷག་ལྷག་མེ་ལྷེས་འཁྱུད་པའི་དབྱལ་བ་  
བ། རང་རང་ལས་ཀྱི་ནམ་སྒྲིན་མ་འཆོལ་བ། སོ་སོ་མི་འདྲར་ལྷོང་ཚུལ་ཡིད་  
ལ་ཤར། ལྷུང་ལྷུང་འབབ་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྷན་ཆབ། ཆ་ཆ་འཕྲོ་བའི་བྱ་  
ལུས་འབར་བ་དག རང་རང་ལས་ཀྱི་བགོ་སྐལ་རི་བཞིན་དུ། སོ་སོའི་མི་འདྲར་  
ཡོངས་སུ་སྒྲོད་ཚུལ་དན། ལྷུར་ལྷུར་འབྱུར་བའི་བདེ་སྟུག་གཉེར་མའི་རྒྱབས།  
ཆིལ་ཆིལ་གཡོ་བ་སྤིད་པའི་བྱ་མཆོར་དུ། མང་མང་སྒྲི་བའི་རྒྱ་པོ་རྟག་འགོ་བ།  
ཡང་ཡང་བསམ་ནས་ཡིད་འབྱུང་ནམ་སྒྲི་སྟམ། སྐལ་དམ་ཤུགས་ཀྱི་སྒྲོ་ཤས་མ་  
སྒྲིས་ན། བཅོས་བཅོས་ངེས་འབྱུང་སྟུ་སྟུད་ཡལ་ཉེ་བས། འབད་འབད་ངལ་  
ལ་མ་ལྷོས་ཞེན་ལོག་གིས། ངེས་ངེས་གཉིང་ནས་ཡིད་འབྱུང་སྒྲིས་ན་སྟམ། མཛེས་  
མཛེས་ལང་ཆོ་རྒྱལས་པའི་སྒྲིན་ལེགས་མའི། ལྷེས་ལྷེས་བསྐྱོད་པའི་ལུས་ཀྱི་  
ལུས་ཤིང་གི། འཇམ་འཇམ་རེག་བྱའི་འདབ་མར་རྟག་འགོགས་ཀྱང་། སིལ་  
སིལ་ཆོར་བས་ངོམས་པའི་གོ་སྐབས་ཅི། རང་རང་སེམས་ཀྱིས་ཆོག་གཅིག་མ་  
ཤེས་ན། མཁོ་མཁོ་བསགས་པས་ཆོག་པའི་དུས་ཆོད་གང་། སྐོས་དྲོས་  
མང་པོ་གཅིག་རྗེས་གཅིག་འབྱུང་སྟེ། འདོད་འདོད་སྤེད་ཞེན་སྤྱིར་ཞིང་འཕེལ་  
བ་ཉིད། མཛེས་མཛེས་མཆོར་སྐྱེག་ཆས་ལྷུར་བཟང་པོའི་གོས། གང་གང་  
ཞིས་མངར་ཅན་གྱི་བཟའ་བདུང་ལ། སྐལ་དམ་ཤུགས་དུ་ཡོངས་སུ་སྒྲོད་པ་ཡི།  
སྒྲིད་སྒྲིད་རི་ལྷར་བཏང་ཡང་ངོམས་སྐབས་བྲལ། ཡིང་ཡིང་གཡོ་བ་སྒྲིན་གྱི་འདྲ་

འགོད་བཞིན། །འབད་འབད་ཚེ་ལ་བས་བསྐྱབས་པའི་སྤྱི་པའི་དཔལ། །བརྟན་  
བརྟན་ཚུགས་བྱུང་གནས་པ་དེ་གང་ཞིག །སྤྱར་སྤྱར་སྒོ་ག་གི་གར་ལ་ཆགས་པ་  
བྱུན། །ཁྱ་ས་རང་ནས་བཤད་རྒྱན་སྤྱིང་འདྲེ་མེད་ཚུལ་གྱི་ལན། །མང་མང་གཞུང་ལུགས་དགོངས་  
དོན་འཛུལ་བ་ཡིས། །དཀའ་དཀའ་གནད་གྱི་དོན་པོའི་མདུད་པ་བརྒྱ། །སྤྱག་  
སྤྱག་འགོལ་བའི་ངལ་བ་བསྐྱེན་བྱེད་ཀྱང་། །རང་རང་སེམས་གྱི་བརྒྱ་མདུད་སྤྱོད་  
སྐབས་བྱལ། །སེ་སེ་སྤྱི་པོ་རང་དགས་གཞན་དོན་དུ། །འབད་འབད་ཚེ་ལ་བ་  
བསྐྱེན་པའི་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་། །རང་རང་གཡིང་བའི་གཟེབ་དུ་ཚུད་པ་ལས། །ངེས་  
ངེས་དོན་དུ་འགྱུར་བ་སྤྱིད་མཐའ་ཙམ། །ཟབ་ཟབ་གདམས་དོན་ཉམས་སྤྱི་མི་ལེན་  
པར། །མང་མང་སྐོས་པ་འཛུལ་བའི་དཀའ་བྱུང་གྱིས། །སྐོབ་སྐོབ་མང་པོའི་ནམ་  
གངས་བསགས་བྱས་ནས། །ཡང་ཡང་སེམས་ཤིང་སྒོམ་སྐབས་བྱལ་འདིས་སྒྲོ།  
རང་རང་སེམས་གྱི་འགྱུར་བ་རང་ཉིད་ལ། །གསལ་གསལ་མངོན་དུ་གྱུར་བ་འདི་  
ལགས་པས། །མང་མང་འཁོར་ཆོགས་སྤྱོད་བའི་གཤོམ་རས་ཅི། །སྤྱར་སྤྱར་  
རང་སེམས་འདུལ་བ་སྤྱིང་ལ་གཙགས། །མང་མང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་འགོ་  
ཀུན་དོན། །ཕྱི་ཕྱི་ཁྱར་དུ་ཐེག་པའི་གོམ་འགོས་གྱིས། །བདེ་བདེ་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་  
པའི་གཞུང་ལས་དུ། །སྤྱར་སྤྱར་བསྐྱོད་པའི་ཡིད་གྱིས་སྒོན་འདུན་འཆའ། །མཁས་  
མཁས་སྒོན་བྱོན་དམ་པའི་ནམ་ཐར་བཞིན། །བཟང་བཟང་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་པ་ཡོངས་  
གྱི་གཙོ། །ཟབ་ཟབ་གཉིང་དཔག་དཀའ་བའི་ལྷ་བ་དང་། །སྤྱར་སྤྱར་གསང་ཆེན་  
ཐེག་པ་རྩུང་འབྲེལ་བར། །དུང་དུང་སྤྱིང་ནས་གྲས་པ་སྤྱར་སྐངས་ནས། །ཡང་  
ཡང་སྐོས་བསམ་སྒོམ་པས་ཉམས་བསྐྱར་དེ། །སྤྱན་སྤྱན་གྲགས་པའི་བ་དན་གཡོ་  
བ་ཡི། །མཐོ་མཐོ་མཆོག་གི་ས་རུ་ནམ་ཕྱིན་སྤྱིམ། །དཔེན་པའི་རི་སྤལ་དུ་བསྐྱབ་པ་བྱེད་  
འདྲིང་ཡོད་ཚུལ་གྱི་ལན། །ཟེར་ཟེར་འདུ་ཡོང་བྱལ་བ་དཔེན་པའི་གནས། །ལྗང་ལྗང་གཡུ་

ལོ་རྒྱུས་པའི་ནགས་ཚལ་དུ། །མང་མང་འགྲོ་བ་ཡོངས་ལ་ཕན་ཐེམས་ཀྱིས། །ཟབ་  
 ཟབ་ཚོས་ཀྱི་སྒྲིང་བོ་ལེན་རེ་རན། །མཐོ་མཐོ་ཅེ་མོར་གངས་དཀར་སྒོད་གཡོགས་  
 དང་། །བར་བར་ན་བུན་སྒྲིད་འཆང་བཅིངས་གྲོལ་བྱེད། །ལྷེས་ལྷེས་གཡོ་བའི་  
 ནགས་ཀྱི་ཤས་ཐབས་ལ། །ལྷག་ལྷག་གེ་སར་བཞད་པའི་མེ་ཉོག་བཀྲ། །ཕྱོགས་  
 ཕྱོགས་ནགས་ཚལ་ཡོལ་བས་དྲས་པ་ཡི། །ལྗང་ལྗང་གཡུ་ཡི་ནེ་འུ་གསེར་བཀྲ་  
 བའི་གཞིར། །དྲངས་དྲངས་བསིལ་བའི་ཆབ་ཀྱི་རྒྱན་དག་གི། །ལྗང་ལྗང་ཟེར་  
 ཞིང་མེ་ཉོག་འཐུ་ལ་བཙོན། །ཁྱུང་ཁྱུང་རང་དུར་བཞད་སོགས་གཉིས་སྒྲིས་དག།  
 ཀྲོག་ཀྲོག་མགོན་པ་གནས་དུ་བཞེག་བྱས་ནས། །ཀྲེ་ཀྲེ་ཕན་ཚུན་འཕོད་པའི་རྣམ་  
 འགྱུར་གྱིས། །ཀྲུར་ཀྲུར་སྐད་ཀྱིས་གདངས་སྟན་རེ་ལ་མོ་འཁྲོལ། །ཡིང་ཡིང་  
 གར་དུ་ཅེན་པའི་རི་སྒྲིས་ནམས། །འཁྲོག་འཁྲོག་མཐིན་པ་བསྐྱར་ནས་ལྷ་བར་  
 བྱེད། །མཛེས་མཛེས་སྒྱུ་སྒྱུག་བཀྲ་བའི་བྱེ་རྒྱུ་རྒྱུ་དག། །སིལ་སིལ་མཐིན་པའི་  
 དྲིལ་རྒྱུང་ཅིར་ཡང་འཁྲོལ། །ཉིང་ཉིང་ཤག་གི་སྐྱར་བཅས་རི་སྒྲུལ་དེར། །ཟབ་  
 ཟབ་ཚོས་རྒྱལ་ཐེམས་ཤིང་སྒྲོམ་པ་ཡིས། །མཁས་མཁས་ཆངས་པ་གན་པའི་སྒོ་  
 གོས་ཡང་། །གཞོན་གཞོན་བྱིས་སྒོའི་གནས་སྒྱུ་ནམ་འཕོད་སྟམ། །དབེན་དབེན་  
 སྒྲ་མེད་ཞི་བའི་ནགས་སྒོར་དུ། །གསལ་གསལ་རིག་པའི་འགྱུར་བ་བརྒྱ་སྒྲག་གིས།  
 ཅིག་ཅིག་གཡོ་མིན་ཅེ་གཅིག་ཉིང་འཛིན་ལ། །ལྷག་ལྷག་མཉམ་པར་འཛོག་པ་  
 ནམ་ཞིག་འགྱུར། །དུ་མའི་གོ་ལུལ་སྒན་བུ་ཡོད་མདོག་གྱི་ལན། །བདེན་བདེན་རྒྱགས་བྱབ་  
 བྱབ་པས་སྒོངས་པ་ཡིས། །རང་རང་སྒོ་ལ་གང་སྒྲར་རྒྱས་བདེ་བ་སྟེ། །བརྟུན་  
 བརྟུན་སྒྲུ་མའི་རང་ནས་སྒྲར་བྱང་ལ། །འབད་འབད་ཚོལ་བ་བསྐྱེན་ནམས་སྐལ་  
 བ་བཟང་། །རང་རང་གདགས་གཞིའི་རོས་ནས་བྱབ་འདྲ་བའི། །བདེན་བདེན་  
 ལྷ་མུར་སྒྲར་བའི་ཚོས་འདི་དག། །མཁས་མཁས་འཕགས་ནམས་བདེན་པར་ག་

ལ་འདྲིན། །སོ་སོ་སྒྲུ་པོ་རང་དགས་བདེན་བཟུང་བསྐྱུས། །སྒྲ་རིགས་པས་  
 དགག་བྱ་ལ་བདུགས་ནས། །ཡང་ཡང་དབྱུང་ཆེ་བདག་ནི་གདགས་གཞིའི་ཕྱང་།  
 རེ་རེ་ལས་མིན་ཆོགས་དང་དབྱིབས་ལས་མིན། །དེ་དེ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་རྟེན་  
 འབྱུང་ཅུ། །ང་ང་ཞེས་སུ་གཅེས་པར་སྒྲོང་རྒྱ་ཞིག །ཡོད་ཡོད་འདྲ་ཡང་རིགས་  
 པས་བཅལ་བ་ན། །སྒོང་སྒོང་ཟིན་པ་མེད་འདིས་ཆོས་གཞན་ཀྱང་། །བྱུབ་བྱུབ་  
 འདྲ་བའི་སྒྲ་ཚུལ་བརྟན་ནམ་སྟུ། །ཡང་ཡང་དབྱུང་པ་མཆོག་གིས་བཅལ་གྱུར་  
 ན། །རང་རང་གདགས་གཞིའི་ངོས་ནས་སྒོང་ལགས་ཀྱང་། །པམ་པམ་མ་བདག་  
 ཉམས་དགའི་སྒོ་ངོ་ན། །དེ་དེ་སྒྲ་བར་སུ་ཡིས་བསྟོན་པར་རུས། །བདེན་བདེན་  
 ལྟར་བཟུང་འདྲིན་སྒྲངས་གཞིག་པ་དང་། །བརྟན་བརྟན་སྒྲ་མའི་སྒྲ་བ་འགལ་  
 མེད་དུ། །ངེས་ངེས་སྒོ་ཡིས་སུ་ཐག་ཆོད་གྱུར་ན། །ཟབ་ཟབ་དབྱུ་མ་ཆེན་པོའི་  
 རང་ཞལ་མཇལ། །ཡོད་ཡོད་འདྲ་ཡང་ཡོད་མ་སྒྲོང་བ་ཡི། །བདེན་བདེན་དགག་  
 བྱ་རིགས་པས་བཀག་བྱལ་དུ། །མེད་མེད་འདྲ་ཡང་གདན་ནས་མེད་མིན་པའི། །བརྟན་  
 བརྟན་སྒྲ་མའི་རོལ་གར་ཅི་ཡང་བསྐྱུར། །བདེན་བདེན་ལྟར་དུ་བྱུབ་པས་སྒོངས་  
 པ་དང་། །བརྟན་བརྟན་སྒྲ་མའི་ཚུལ་དུ་བྱུབ་པ་གཉིས། །སོ་སོ་མ་ཡིན་མི་འགལ་  
 གོགས་གྱུར་པ། །མཚར་མཚར་ཡ་མཚན་ལྟ་མོ་དེ་ལས་གང་། །གསལ་གསལ་  
 ཀྱན་རྫོབ་སྒྲ་མའི་རོལ་བ་ཡིས། །ཟབ་ཟབ་ཆོས་དབྱིངས་རང་ཞལ་ངོམ་པ་དང་།  
 །སྒོང་སྒོང་ཆོས་དབྱིངས་གདོད་མའི་གདོད་ལུགས་ཀྱིས། །མང་མང་ཀྱན་རྫོབ་སྒྲ་  
 མའི་གོ་ཡང་འབྱེད། །ཡོད་ཡོད་བདེན་ནོ་བྱས་ན་ཚུགས་བྱབ་བྱལ། །མེད་མེད་  
 སྒོང་ངོ་བྱས་ན་མཛོན་སུམ་སྒྲ་། །སྒོང་སྒོང་གདོད་མའི་དབྱིངས་ནས་སྒྲ་ཆོགས་  
 བརྟ། །བརྟ་བརྟ་སྒྲ་མའི་རང་ནས་སྒོང་པར་འབྲོས། །ཟབ་ཟབ་ཆོས་ཀྱི་གནས་  
 ལུགས་མཐར་བུགས་ཐྱིར། །སྒྲ་སྒྲ་དཀའ་ཆོགས་མ་བསྟེན་སུ་ཡིས་རྟོགས། །གཅིག་

གཅིག་ཤེས་པ་ནི་ད་ཀྱིས་ཀུན་གྲོལ་ཕྱིར། །དཀའ་དཀའ་ལྷ་ཕྱར་སྤང་ཡང་འབད་  
 པའི་རིགས། །ཟབ་ཟབ་བརྟེན་འབྲེལ་སྐྱེ་མའི་འབྲུལ་འཁོར་ལ། །ཡང་ཡང་ཤེས་  
 རབ་མཆོག་གིས་ལེགས་དཔྱད་དེ། །བདེན་བདེན་ཚུགས་བྱུང་སྤང་བ་སྤྱི་འཐས་  
 འདི། །སྟོང་སྟོང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ནམ་གཞིལ་ན། །ཟབ་ཟབ་རྟེན་འབྲེལ་སྐྱེ་  
 མའི་ཡོ་ལང་དང་། །སྟོང་སྟོང་གདོད་མའི་གཤིས་ལྷགས་འགྱུར་མེད་གཉིས།  
 གཅིག་གཅིག་མི་འབྲལ་མཛའ་གཙུགས་འཐབས་པའི་ཚུལ། །ཁོ་ཁོ་རང་རིག་  
 རྩོམ་ནམ་མཁུང་འགྱུར། །ཟབ་ཟབ་བཀའ་ཤོད་གཞུང་བརྒྱའི་ཆོག་དོན་ལ། །འབད་  
 འབད་རལ་བ་བསྟེན་པའི་རྟོག་གི་པས། །ལྷང་ལྷང་སྟན་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིང་མོའི་  
 ལྷ། །སྟོང་སྟོང་མགྱིན་པའི་ལམ་ནས་དལ་གྱིས་སྒྲངས། །མང་མང་གཙུག་ལག་  
 མོ་འདབ་ལ་ཆོས་པའི། །གསལ་གསལ་ནམ་དཔྱད་མདངས་བཀྲའི་གཙུག་ཕྱད་  
 ཅན། །ཟབ་ཟབ་དོན་ལྷན་སྟོག་ལོག་རྒྱུ་ཤོད་གས། །སྟན་སྟན་ཆོག་དུ་བསྐྱར་  
 འདིས་མགུའམ་སྟུམ། །རིགས་མཐོ་སྟུམ་པའི་ཁེངས་པ་མེད་ཚུལ། །མཐོ་མཐོ་  
 ལྷ་རིགས་གཙང་མའི་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱིས། །དུལ་དུལ་ངེས་པའི་སྟོན་པ་ལྷུང་ལེན་  
 ལས། །འཁྱོག་འཁྱོག་རང་སྤང་གཞན་སྤང་གཡོ་སྐྱེ་ཅན། །གུས་གུས་གཙུག་  
 གིས་བཀུར་བའི་ཡུལ་དུས་འདིར། །ཆེ་ཆེ་མཐོ་བའི་རིགས་སུ་བྲགས་ཅམ་གྱིས།  
 ཁེངས་ཁེངས་དེགས་པ་རྩོ་ལྷན་སུ་ལ་སྟེ། །སྟོན་སྟོན་དུས་ཀྱི་ཐོག་མའི་མཐར་  
 རིང་ཞིང་། །མངོས་མངོས་མི་མོ་ནམས་ཡིད་གཡོ་བས་ཀྱང་། །ཡོན་ཏན་ཆེ་ཆོས་  
 ཀྱི་ཡིན་པར་འདྲ་བའི་ལན། །མཐོ་མཐོ་ཀུན་གྱི་མདུན་སར་མ་བསྟེགས་ཤིང་། །དམའ་  
 དམའ་སྟོང་བའི་ཆོལ་ཡང་མ་བསྟེན་ལ། །འཁྱོག་འཁྱོག་སྤངས་པ་དྲང་བོའི་བརྟུལ་  
 ཞུགས་ཀྱིས། །ལ་ལ་ངག་གི་ཡིད་གར་མི་འོང་ཡང་། །དྲང་དྲང་མོས་པའི་ཡིད་  
 ཀྱིས་སྒྲུ་མ་ལྷ། །ཡང་ཡང་སྟིང་གི་ད་ཀྱིལ་དུ་ལེགས་བསྟེན་པས། །ཟབ་ཟབ་

ཆོས་ཀྱི་དགོངས་དོན་སྒྲུབ་པའི་མགྱིན། །སྟན་སྟན་ཆོག་གི་གཏོར་གྱུར་སྐལ་བས་  
 མཐོ། །མང་མང་ཤེས་བྱའི་གནས་ཀྱན་བྱགས་སུ་ཆུད། །དུལ་དུལ་ཚུལ་བྱིམས་  
 ཡུང་པོ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས། །བཟང་བཟང་བྱམས་བརྩེའི་མངའ་བདག་ཞང་ལྷ་བ། །  
 མཁས་མཁས་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་རྒྱན་དེ་ཡི་རྩིན། །ཡང་ཡང་སྟེ་བ་བརྒྱད་པའི་མིང་  
 སྐམ་པོས། །མཐོ་མཐོ་བྱི་རུ་འདྲེགས་ནས་སྟེད་ཞེན་གྱིས། །མང་མང་རྒྱལ་  
 ཁམས་ཡོངས་ཀྱི་རྟོན་སྟུང་པའི། །ཆེ་ཆེ་སྒྲ་གཟུགས་པལ་གྱིས་འགྲན་རྩས་མིན། །  
 ཁྱེད་ཀྱི་དམ་བཅའི་སྐབས་ཅེད་འཐེན་མང་ཟེར་བའི་ལན། རང་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཅི་ཡང་མི་བྱེད་ལ། །  
 གཞན་གཞན་ཁ་ཡི་ཟེར་རྒྱས་ཐལ་བྱིར་བྱེད། །ཡང་ཡང་བརྒྱར་བ་ཅམ་ལ་རིགས་  
 སྒྲུ་རུ། །སྟེ་མས་སྟེ་མས་མགོ་འཕང་མཐོ་ན་མས་བཞད་གད་གནས། །རང་རང་  
 གར་འགོ་གཏོལ་མེད་དམུས་ཡོང་འགའ། །མང་མང་ཟེར་རྒྱས་དབྱུག་པའི་རྗེས་  
 འབྲང་ཞྩ། །གསལ་གསལ་སྒོ་གྲོས་མིག་ལྷན་གཞན་དག་ལ། །དྭ་དྭ་ཟེར་ཞིང་  
 འཕྱ་བ་བརྩེ་བའི་ཡུལ། །འཐད་འཐད་ལུང་དང་རིགས་པའི་མདའ་ཆར་གྱིས། །ངེས་  
 ངེས་ཚྭ་གས་སུ་འི་འབེན་ལ་བསྟུན་གྱུར་ན། །དེ་དེ་བཞིན་ཞེས་ལེགས་སོ་འབུལ་  
 བ་ལས། །རྟབ་རྟབ་གྱུར་དེ་སྟངས་ཚུལ་ག་ལ་སྟོན། །མོངས་མོངས་རང་ངེས་  
 འདུས་པའི་ཁྱུར་མོང་སྟེ། །མིན་མིན་བརྒྱ་སྟག་སྟོག་དུ་སྒྲུབྱེད་ཀྱང་། །རང་  
 རང་གཞན་འཕྱོར་འཁྱུ་བར་གསལ་བྱེད་ལས། །བདེན་བདེན་སྟམ་དུ་སྒོ་ལྷན་སྟུ་  
 ཡིས་འདྲིན། །ཉིད་ནས་དཔེན་པར་གཏན་འདུན་སྒྱུབ་འདོད་ཀྱང་ཆེན་པོའི་གོས་འདྲིན་དགོས་ཀྱི་བཤེལ་ཚུལ་ཞེས་  
 པའི་ལན། མང་མང་སྟུན་མོངས་འཁོར་གྱིས་ཡོངས་བསྐོར་དེ། །གསོབ་གསོབ་  
 སྒོ་བ་གྱིས་འགྱིངས་པའི་སྒྲ་གཟུགས་པལ། །མཁོ་མཁོ་འདུས་ན་སྟམ་པའི་བརྟུང་  
 མེམས་གྱིས། །ཚྭ་གས་ཚྭ་གས་ཡུལ་ཁམས་སྟུལ་བས་མི་ཆེ་འདའ། །སྟན་སྟན་  
 བདགས་པའི་མིང་གི་ཉུང་གོག་གིས། །ལྷ་བ་ལྷ་བ་རང་ཚུལ་མི་བདན་སྟེ་པོ་འགའ། །

འདུར་འདུར་ཕྱོགས་དེར་རྒྱག་པས་བྲེལ་མོད་ཀྱང་། །ཟབ་ཟབ་སྒོ་ཡི་རྩལ་འཆར་  
 ཁོང་འདྲམ་འཆོར། །ཐུ་ཐུག་གི་དོན་བསྟུང་རྩོམ་པོ་སྒྲིམ་པ། ལ་ལ་དག་དུ་མཚོག་ལ་  
 སྒྲོན་ཞིང་དངས། །ལྷང་ལྷང་དགའ་བས་ཕྱོས་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་བུངས། །འགའ་  
 འགའ་ཞིག་དུ་སྒྲིག་ལ་གནོད་བ་ཡིས། །འབྱོད་འབྱོད་མེ་ལྷུས་བསྐྱེག་པའི་བྱད་  
 བྱིང་བྱས། །གསལ་གསལ་རིག་པའི་ཁྱུ་རྒྱུ་སྐབས་འགའ་ནི། །དམའ་དམའ་  
 དོག་མོའི་འཕྲང་ལ་འགྲིམ་ནས་སྒྲར། །མཐོ་མཐོ་རི་བོའི་རྩེ་དུ་འཛིག་བྱས་ནས།  
 ཕྱོགས་ཕྱོགས་རང་གཞན་སྒྲོན་ཡོན་འཛོལ་ལ་ཞུགས། །དེ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་  
 གྱི་འཆར་སྒོ་འགའ། །སྟན་སྟན་རྒྱན་གཅིག་ལས་བརྩམས་སྒྲོས་པ་ཡི། །འགྲིག་  
 འགྲིག་ཆིག་གི་སྒྱུར་བ་དྲི་མེད་གྱིས། །ཤར་ཤར་བསྐྱེབས་འདྲི་སྒྲོབས་པ་དགེ་བ་  
 ཅན། །མཁས་མཁས་ཀུན་གྱི་རལ་བའི་ཅོད་པན་དུ། །སྟན་སྟན་ཆིག་གི་གོམ་པ་  
 འགོད་མཁས་པ། །གསལ་གསལ་སྒོ་གྲོས་བཟང་པོའི་མེ་ལོང་དུ། །མང་མང་  
 གཙུག་ལག་གྲུ་མཚོ་རྣམ་བཟླ་བས། །ཨ་མདོ་མཐའ་འཁོབ་གྱིས་གསུང་པའི་ལན་དང་འབྲེལ་བར་རྩོམ་  
 གནས་དང་རྩོམ་རྩལ། །ཕྱར་ཕྱར་རིག་པའི་རང་གདངས་རྩོད་དག་སྒྲིས། །སྒྲིམས་སྒྲིམས་  
 མགོ་འཕང་མཐོ་བའི་པས་སྒོལ་དཔུང་། །ཞུམ་ཞུམ་སྒོ་ཡིས་མི་སྒྲུའི་བརྟུལ་ཞུགས་  
 ལྟན། །ཤིག་ཤིག་སྒྲིང་རྩ་འདར་ལ་ཉེར་འགོད་པ། །སྟན་སྟན་གསལ་པ་འབར་  
 བའི་ཆོས་གྱི་སྒྲེ། །མང་མང་མཁས་གྲུབ་ཡོངས་གྱི་བསྐྱི་བའི་གནས། །ཕྱོགས་  
 ཕྱོགས་བཟླ་ཤིས་རི་མོས་ཡོངས་བསྐྱོར་ཞིང་། །ཡེགས་ཡེགས་དགེ་མཚན་འབྱིལ་  
 བའི་ཁྱིང་མཚོག་ནས། །ཀྱུ་ཀྱུ་སེམས་གྱི་འགྲུ་བ་སྒྲུ་ཆོགས་བཞིན། །ལྷག་ལྷག་  
 མགྲིན་པའི་ལམ་ནས་ཐོལ་བྱང་བ། །ཕྱར་ཕྱར་མོར་མོའི་འབྲུལ་གྱིས་བསྒྱུན་པ་  
 ནི། །འཕྲུག་འཕྲུག་སྒྲོག་གི་གར་མཁན་རྩོན་པ་བཞིན། །གསལ་གསལ་རིགས་  
 པའི་ལམ་ནས་ཡེགས་དངས་ཏེ། །འགྲིག་འགྲིག་སྟན་པའི་ཆིག་གིས་བརྗོད་པའི་

ཚོས་གྱི་དགོངས་དོན་སྒྲ་པའི་མགྱིན། །སྟན་སྟན་ཆིག་གི་གདོར་གྱུར་སྐལ་བས་  
 མཐོ། །མང་མང་ཤེས་བྱའི་གནས་ཀྱན་ཐུགས་སུ་རྒྱུ། །དུལ་དུལ་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 ལུང་པོ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས། །བཟང་བཟང་བྱམས་བཅེའི་མངའ་བདག་ཞང་ལྷ་བ། །  
 མཁས་མཁས་ཡོངས་གྱི་གཙུག་རྒྱན་དེ་ཡི་དྲིན། །ཡང་ཡང་སྐྱེ་བ་བརྒྱད་པའི་མིང་  
 སྐལ་པོས། །མཐོ་མཐོ་ཁྲི་རུ་འདྲེགས་ནས་སྟེད་ཞེན་གྱིས། །མང་མང་རྒྱལ་  
 ཁམས་ཡོངས་གྱི་ནོར་སྤྱད་པའི། །ཆེ་ཆེ་སྒྲ་གཟུགས་སལ་གྱིས་འབྲན་རུས་མིན། །  
 ཁྱེད་གྱི་དམ་བཅའི་སྐབས་ཅེད་འཐེན་མང་ཟེར་བའི་ལན། །རང་རང་སྒྲོ་བས་གྱིས་ཅི་ཡང་མི་སྟེད་ལ། །  
 གཞན་གཞན་ཁ་ཡི་ཟེར་རྒྱོས་ཐལ་ཕྱིར་སྟེད། །ཡང་ཡང་བསྐྱར་བ་ཅམ་ལ་རིགས་  
 སྒྲ་རུ། །སྟེམས་སྟེམས་མགོ་འཕང་མཐོ་ནམས་བཞད་གད་གནས། །རང་རང་  
 གར་འགོ་གདོལ་མེད་དམུས་ཡོང་འགའ། །མང་མང་ཟེར་རྒྱོས་དབྱུག་པའི་རྗེས་  
 འབྲང་སྟེ། །གསལ་གསལ་སྒོ་གྲོས་མིག་ལྡན་གཞན་དག་ལ། །ཏ་ཏ་ཟེར་ཞིང་  
 འཕྱ་བ་བཅེ་བའི་ཡུལ། །འཐད་འཐད་ལུང་དང་རིགས་པའི་མདའ་ཆར་གྱིས་ །ངེས་  
 ངེས་ཕྱོགས་སྒྲའི་འཕེན་ལ་བསྟུན་གྱུར་ན། །དེ་དེ་བཞིན་ཞེས་ལེགས་སོ་འབུལ་  
 བ་ལས། །ཏཔ་ཏཔ་གྱུར་ཏེ་སྤང་ཚུལ་ག་ལ་སྟོན། །མོངས་མོངས་རང་རིས་  
 འདུས་པའི་ཁྲུར་སོང་སྟེ། །མིན་མིན་བརྒྱ་ཕྱག་སྒོག་དུ་སྒྲ་བྱེད་ཀྱང་། །རང་  
 རང་གཞན་འཁྱོར་འཁྱུ་བར་གསལ་བྱེད་ལས། །བདེན་བདེན་སྟམ་དུ་སྒོ་ལྡན་སྟེ་  
 ཡིས་འདྲིན། །ཉིད་ནས་དཔེན་པར་གཏན་འདུན་སྒྲུབ་འདོད་ཀྱང་ཆེན་པོའི་གོས་འདྲིན་དགོས་གྱི་པོལ་ཚུལ་ཞེས་  
 པའི་ལན། །མང་མང་རྒྱན་མོངས་ལའོར་གྱིས་ཡོངས་བསྟོར་ཏེ། །གསོ་བ་གསོ་བ་  
 སྒོ་བ་གྱིས་འགྱིངས་པའི་སྒྲ་གཟུགས་སལ། །མཁོ་མཁོ་འདུས་ན་སྟམ་པའི་བན་བ་  
 མེམས་གྱིས། །ཕྱོགས་ཕྱོགས་ཡུལ་ཁམས་སྟུལ་བས་མི་ཆེ་འདའ། །སྟན་སྟན་  
 བདགས་པའི་མིང་གི་ཕྱད་གོག་གིས། །ལྷཔ་ལྷཔ་རང་ཚུལ་མི་བཏན་སྐྱེ་བོ་འགའ། །



ཅོན་མ་མོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གཞུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྐོར།

འདུར་འདུར་ཕྱོགས་དེར་རྒྱག་པས་བྲེལ་མོད་ཀྱང་། །ཟབ་ཟབ་སྐོར་ཡི་རྩལ་འཆར་  
ཁོང་འདྲུམ་འཆོར། །སྤུངས་གཞི་དོན་བསྟུངས་ཚུལ་བོ་སྤྲུལ་པ། ལ་ལ་དག་དུ་མཚོག་ལ་  
སྟོན་ཞིང་དངས། །ལྷང་ལྷང་དགའ་བས་སྟོས་པའི་རྐང་བྱོ་བརྟུངས། །འགའ་  
འགའ་ཞིག་དུ་སྤྲིག་ལ་གནོང་བ་ཡིས། །འགྲོད་འགྲོད་མེ་ལྷུས་བསྐྱེག་པའི་བྱད་  
ཤིང་བྱས། །གསལ་གསལ་རིག་པའི་བྱིའུ་རྒྱུ་སྐབས་འགའ་ནི། །དམའ་དམའ་  
དོག་མོའི་འབྲང་ལ་འགྲིམ་ནས་སྤྲར། །མཐོ་མཐོ་རི་བོའི་རྩ་རུ་འཛེག་བྱས་ནས།  
ཕྱོགས་ཕྱོགས་རང་གཞན་སྟོན་ཡོན་འཆོལ་ལ་ལྷགས། །དེ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་  
གྱི་འཆར་སྟོ་འགའ། །སྟན་སྟན་རྒྱན་གཅིག་ལས་བརྩམས་སྟོས་པ་ཡི། །འགྲིག་  
འགྲིག་ཆིག་གི་སྟོར་བ་རྩི་མེད་གྱིས། །ཤར་ཤར་བསྐྱེབས་འདི་སྟོབས་པ་དགེ་བ་  
ཅན། །མཁས་མཁས་ཀུན་གྱི་རལ་བའི་ཅོད་པན་དུ། །སྟན་སྟན་ཆིག་གི་གོམ་པ་  
འགོད་མཁས་པ། །གསལ་གསལ་སྟོ་སྟོས་བཟང་པོའི་མེ་ལོང་དུ། །མང་མང་  
གཏུག་ལག་རྒྱ་མཚོ་རྣམ་བཟུངས། །ཨ་མདོ་མཐའ་འཁོབ་གྱིས་གཞུང་པའི་ལན་དང་འབྲེལ་བར་རྩོམ་  
གནས་དང་རྩོམ་རྩལ། །ཐུར་ཐུར་རིག་པའི་རང་གདངས་ཅོད་དག་སྤྲས། །སྤྲེམས་སྤྲེམས་  
མགོ་འཕང་མཐོ་བའི་སས་སྟོལ་དབྱང་། །ཞུམ་ཞུམ་སྟོ་ཡིས་མི་སྤྲིའི་བརྟུལ་ལྷགས་  
ལྷན། །ཤིག་ཤིག་སྤྲིང་རྩ་འདར་ལ་ཉེར་འགོད་པ། །སྟན་སྟན་གྲགས་པ་འབར་  
པའི་ཆོས་གྱི་སྟེ། །མང་མང་མཁས་གྲུབ་ཡོངས་གྱི་བརྟེ་བའི་གནས། །ཕྱོགས་  
ཕྱོགས་བཟུཤིས་རི་མོས་ཡོངས་བསྟོར་ཞིང་། །ཡེགས་ཡེགས་དགེ་མཚན་འབྲིལ་  
པའི་སྤྲིང་མཚོག་ནས། །ཀྲ་ཀྲ་སེམས་གྱི་འགྲུ་བ་སྟོ་ཆོགས་བཞིན། །ལྷག་ལྷག་  
མགྲིན་པའི་ལམ་ནས་ཐོལ་བྱང་བ། །ཐུར་ཐུར་མོར་མོའི་འབྲུལ་གྱིས་བསྐྱུན་པ་  
ནི། །འཕྲུག་འཕྲུག་སྟོག་གི་གར་མཁན་རྩོན་པ་བཞིན། །གསལ་གསལ་རིགས་  
པའི་ལམ་ནས་ཡེགས་དངས་དེ། །འགྲིག་འགྲིག་སྟན་པའི་ཆིག་གིས་བརྟོད་པའི་

དགེས། །ཡང་ཡང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་མ་གན་ནམས། །ཟབ་ཟབ་དབུ་མ་  
ཆེན་པོའི་དོན་རྟོགས་ཤིག །ཅེས་གསལ་རིག་ཅིམས་ཀྱི་གར་མཁན་ནམ་འགྲུར་སྤྱོད་གི་རོལ་སྒྲིག་འཆང་  
པའི་སྒྲངས་སྒྲུབས་ཀྱིར་གཞུགས་འབྱུངས་སྒྲུབ་པ་སྒྲིག་གྱིས་ལའའི་དབྱེ་བགའི་ཉི་ཀྱི་མེ་ལོང་དུ་མངོན་པར་འཕྲོས་  
པའི་གཏམ་ངང་བའི་བུམ་ལྷན་པར་ཅོན་པའི་མའི་མཚོ་ཆེན་འཕྱར་བའི་སྒྲུབས་ཀྱི་སྒྲིག་བཀུ་ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་གཞུག་ལག་ཀྱན་  
ལ་མཁུན་ཅུལ་གྱི་འཕྲུག་པ་ཐོགས་གཏུགས་མེད་པ་ཨ་མེ་སེང་བཟང་སྤུལ་བའི་སྒྲིང་པོ་ཆེ་ཡེ་ཤེས་བསྐྱན་པའི་སྒྲིང་མེ་ནས།  
བྲག་ཤིས་འོ་མཚོ་ལ་དགའ་བའི་ངང་བའི་སྒྲིང་པོ་ཆེ་ཏྲོད། ཅོན་ངག་དབྱངས་སྒྲིང་གྱིས་བྲེལ་བཞིན་འཕྲིན་འཕྲིན་བཞུགས་དང་།  
ཐྱོགས་མེད་རྒྱལ་པམས་ཀྱན་རྩུལ་བའི་ཏྲུང་ནག་པོར། རེ་ཞིག་སྒྲིང་གསུག་གི་ཐོང་གི་ནགས་མཐའ་འགྲིམ་དུ་འགྲོ། ཞེས་  
པས་ཐོགས་གངས་བཞེད་དུ་སྒྲིང་གསུག་ཅན་རང་ཉིད་དབྱུངས་འགྲུར་དག་པའི་ཞིང་ལྷ་ཡུན་དུ་སྒྲིང་གྲང་། ཨ་མེད་མཐའ་ལོལ་  
ཀྱིས་ར་འབྱུངས་སྒྲིང་། དཔེན་པར་གཏན་འབྲུག་སྒྲིང་འདོད་ཀྱང་། ཆེན་པོའི་གོས་འཕྲིན་དགོས་ཀྱི་བཞོལ་སྒྲུལ་སོགས་རང་  
ཉིད་ཀྱི་གནས་སྒྲུལ་ཞིབ་རྒྱས་དང་། ཡུན་ལའང་ཏྲོད་རྒྱུན་བསྐྱུས་གྲུ་ཡོད་དུས་ཙུ་འཕྲུག་བཞིག་སྒྲུལ་སོགས་ལ་འབད་འབད་  
དུང་དུང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པས། ད་དབྱུངས་འཕྲིན་པ་མེད་པས་གོ་ཡུལ་ཇི་ལྟར་བྱུང་། གྲུས་ཡིན་ན་མིང་བཏགས་གང་རིགས་  
མེད་ནས། དཔེན་པའི་རི་སྤུལ་དུ་འགྲོ་བའོ། གྲུས་རང་ནས་བཤད་རྒྱུ་སྒྲིང་བའོ། གོས་ཞིག་ལ་ཨང་ཉ་ཆེ་བྱེད་པ་ཅི་  
རིགས་ཡིན་པས་ཏྲོད་ཀྱི་དགའ་བའི་ཕུའི་མིང་བཏགས་སྒྲངས་ཆར་བས་གང་འདོད། ཏྲོད་ཀྱི་དམ་བཅའི་སྒྲུབས་ཅོད་འཕྲུང་མང་  
ཟེར་བས་ཏ་ཅང་བཟང་ཆེ་བའོ། ངན་ཆེ་བའོ། ཁེངས་པ་མཐོང་བའི་རིགས་ལས་མ་འདས་པས་དེ་གང་ཡིན། ཁོ་ཐོས་  
བཞག་ན་འདྲ་ཏྲོད་ཀྱི་སེམས་འཕངས་མཐོང་བས་གོང་ཆོའི་རིགས་སྤྱི་སྒྲིང་པས་ལན་ནམ་ཡོན་ཏན་ཆེ་བསྐྱུས་ཀྱི་ཡིན། རང་  
ཡུལ་གྱི་དཔེན་པའི་ནགས་ཏྲོད་དུང་ཅག་རྒྱུན་ཅིག་དམ་པའི་སྒྲིང་སྒྲིང་པའི་སྒྲིང་སྒྲིང་པའི་སྒྲིང་སྒྲིང་པའི་སྒྲིང་  
ཅན་གྱི་ཆོས་པ་གནང་སྤེལ་ན་སྒྲིང་མེད་པར་དྲང་པོའི་གཏམ་ཆར་སེམས་ལྷན་ཞིག་དགོས་ཞེས་པ་གཏུགས་པའི་སྒྲིང་པའི་སྒྲིང་པའི་སྒྲིང་  
པོར་བཅོམས་པ་ལ་བརྟེན་གོང་གི་ཆོའི་རིགས་སྤྱི་སྒྲིང་པའི་རྟོག་གེར་ཞེན་པ་སྤྱོད་བཟང་གྱུ་མཚོ་སྤྱི་རྒྱ་ཁྱུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་འདོད་  
འཛོར་འཕོད་པས་རང་ལོ་བཅུ་ཕྲག་གཉིས་དང་ཉ་གམ་ལྔའི་སྤྱི་སྒྲུབས་པའི་དབྱིད་ཐས་གསལ་ཉ་བཅའི་ཏྲོག་ཅན་གྱི་སྒྲིང་པའི་  
དགའ་ཐྱོགས་ཀྱི་རྟོགས་པ་གསུམ་པའི་ཉིན་ཐྱོགས་ཐམས་ཅད་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཆོས་གྲུ་ཆེན་པོ་བྲག་ཤིས་འབྲེལ་གྱི་གར་  
འདུག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིང་ཆུལ་ལྔའི་གཡི་ཤིའི་མེ་ཏྲོག་ནམ་པར་བྲག་པའི་ཕྱིང་ཁང་དུ་དམ་པ་གང་གི་བྲག་ལ་ལན་ནམས་རིམ་པ་བཞིན་

དུས་ལ་འདྲེན་གསལ་བྱས་པར་གསོའ་པོའི་ཆོག་གིས་ཁ་མར་སྒྲེལ་བའ་ཡིན།

༡༡། །སྒྲན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་གནད་དོན་གོ་རིམ་ལ་ངས་  
པ་སྒྲར་བའི་བསྐྱབ་བྱ་མཁས་པའི་སྒྲིང་ཚོར་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གུ་རུ་ཡོ་གེ་ལྷ་རྩ་ཡ། དཔལ་ངག་གི་དབང་ཕྱག་སྒྲུ་འབྲུལ་གར།  
ཡོངས་བྱབ་བསྒྲན་སྒྲིང་པོ་སྒྲེལ་བའི་མགོན། །སྐྱབས་ཀྱལ་བ་ཀྱ་མཆོའི་ངོ་བོ་  
ཆིད། །པ་འགོ་བའི་མགོན་པོའི་ཞབས་ལ་འདུད། །བྱིད་སྒྲིང་ནས་གྲུས་པའི་  
བརྟལ་ཞུགས་གིས། །ལས་སྒོ་གསུམ་ནས་དཀར་བྱ་བ་ལ། །ཚུལ་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་  
ཚུལ་དགོས་སོ་ཞེས། །དུས་ཡང་ཡང་བསྐྱལ་ངོར་འདི་སྒྲད་ཡོ། །ནམས་རྟོགས་  
པའི་ཡོན་ཏན་སྒྲུ་བ་ལ། །པ་ཐ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་པོགས་སུ་ཆེ། །ཚུལ་དེ་ཡང་  
དད་གུས་བཀའ་འབྲུག་ལ། །རག་ལས་ཕྱིར་འདི་ལ་འབད་འབྱུངས་མཛོད། །རྟིན་  
དལ་འབྱོར་ཡིད་བཞེན་ཚོར་བྱ་ལས། །དཔལ་དགོས་འདོད་འབྱུང་ལ་སྐྱགས་བཏུ་  
བའི། །མིང་ལྟོ་གོས་ཚེལ་སྐྱབ་འབའ་ཞིག་གི། །འབྲུལ་འདི་སྒྲུང་རྒྱན་པོའི་དབྱ་  
ལས་སྐྱུངས། །ཆོ་འདི་སྒྲུང་ཞེན་ཆགས་མ་པོར་ན། །ལས་ཅི་བྱས་དེ་ཡི་དབང་  
དུ་འགོ། །རང་འཆི་དུས་སྒྲིན་མོ་ལག་སྒོར་གིས། །ཆོ་བྱི་མའི་ལམ་རྒྱགས་ཇི་  
ལྟར་འཆོངས། །དབྱ་འཆི་བདག་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་མ་ཡིས། །ཕྱོགས་ལམ་དང་  
སྒོ་ནམས་ཀྱན་ནས་བཀའ། །ཁིའི་འདོད་དབང་མ་སོང་ཐབས་མེད་གྱང་། །ད་དེ་  
ཆོ་མི་འཛིགས་གདེང་ཁེལ་འཆོལ། །སྒོན་སྒོ་ཁ་ཆོས་ལ་ཕྱོགས་པ་ནས། །ཆོས་  
གཤམས་གཤོས་ངང་ལ་མི་ཆོ་ཟད། །འཕྲོ་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་བྱ་བཞག་འདིས། །སྐར་

འཆི་ཁ་དབ་དབ་འོང་སྒྲེ་འབྱིས། ཁྲོ་མ་རིག་ལུན་པའི་སྒྲུབ་དུ་འབྱུངས། གདོན་  
 བདག་འཛིན་ལྷགས་ཀྱི་བྱ་བར་ཚུད། ལས་མི་དག་འཆི་བ་དམ་པོས་བསྐྱུངས།  
 གནས་འཁོར་མཆོར་བྱིང་བའི་འཛིགས་སྒྲོལ་འཆོལ། གནས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་  
 བའི་རྒྱ་མཚོ་དུ། ལ་འགྲོ་བྱ་གཙོ་ཆེ་འདེབས་ན་ཡང་། ལུས་བ་སྒྲུབ་ལོ་འགྲུལ་  
 མེད་པ་འདིས། ཆོས་ཐོ་སྒྲུབས་བྱེད་པ་སྒྲོང་བྱུང་ཡིན། རོན་དེ་བྱིར་སྒྲོ་གསུམ་  
 དལ་མེད་དུ། རྟུས་ཉིན་མཚན་དག་ལ་འབད་བྱས་ཀྱང་། ལ་འགྲོ་དོན་ཡིད་  
 ཡུལ་མ་གྱུར་ན། ཆོས་ཐེག་ཆེན་བྱ་བའི་ཕྱོགས་ན་མེད། གཉིད་འབྱུལ་བའི་  
 མི་ལམ་བདེ་སྒྲུབ་བཞིན། ཁེམས་མ་རིག་འབྱུལ་བའི་འཁོར་ལོ་ལ། རོན་  
 བདེན་པར་མ་ཞེན་གང་སྒྲུང་ཀྱན། གཤིས་སྒྲོས་བྲལ་ལྟ་བུའི་ངང་དུ་སྒྲོད། གཟུགས་  
 གང་སྒྲུང་དག་པ་ལྟའི་འཁོར་ལོ། སྒྲུབ་གང་གྲག་ཟབ་མོ་སྒྲུབས་ཀྱི་གདངས། ཁེམས་  
 དན་ཉིག་བདེ་སྒྲོང་ནམ་རེལ་དུ། ཡིད་གཡིང་མེད་མཉམ་བཞག་བསྐྱངས་འཆོལ་  
 ལོ། རྒྱལ་དེ་ལྟར་ཕྱོགས་རེ་ཅམ་མིན་པ། ལམ་ཡོངས་སྒྲོལ་གས་པའི་གནད་  
 དོན་ལ། ཁྲོ་གོམས་འདིས་ཡུན་རིང་རྒྱན་བསྐྱིངས་ན། རྟེན་དལ་འབྱོར་ཐོབ་  
 པ་དོན་ཐུན་བྱས། ཞེས་བསྐྱེད་པ་ཡོངས་སྒྲོལ་གས་པའི་གནད་དོན་གོ་རིམ་ལ་ངེས་པ་སྒྲེར་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ལས་  
 པའི་སྒྲིང་ཚོར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་དད་བཙོན་ནམ་དུྱོད་དང་ཐུན་པ་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོས་ཡང་ཡང་བསྐྱབ་དོར་བྱ་སྒྲིབ་རམ་  
 བྱས་པའོ།

༡༡། །སྐྱབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་དེ་བོ་སྒྲ་མ་ལ་གསོལ་བ་  
འདེབས་པའི་ཚིག་དད་པའི་སྐྱེ་ལོངས་གཡོ་བ་  
ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ན་མོ་གུ་རུ་ལོ་གེ་ཤ་རྩ་ཡ། མཇལ་ཐབས་མེད་པའི་སྐྱེ་རྒྱུ་ཅན། ཁོང་  
ན་མེད་པའི་སྒྲ་མ་ལ། །ཁ་ཞེ་མེད་པའི་དད་གུས་གྱི། །གཡོ་ཚོལ་མེད་པའི་ཐུག་  
གཅིག་འཆལ། །སྤྲིང་བོ་མེད་པ་འདི་སྤྲང་ཆོས། །ཟད་མཐའ་མེད་པ་རྩ་གཉེར་  
བཞིན། །རྒྱན་ཆད་མེད་པས་གཡེང་གྱུར་ཏེ། །འཆི་ཆོས་མེད་པའི་བྱ་ལ་གཟིགས།།  
ཟིན་པ་མེད་པའི་བྱ་བཞག་གིས། །ཐོག་མཐའ་མེད་པ་འཁོར་བ་འདིར། །གདད་  
སོ་མེད་པའི་ཤིང་བལ་བཞིན། །ངལ་གསོ་མེད་པར་འབྲུམས་ལ་དགོངས། །ཕྱིན་  
མེད་འཁོར་བའི་ལམ་རིང་དུ། །མགོན་མེད་འབྲུམས་པའི་བཀའ་འབངས་བདག།  
འགྱུར་མེད་དད་པས་གསོལ་འདེབས་ན། །བསྐྱེ་མེད་ཐུགས་རྗེས་བྱངས་དུ་གསོལ།།  
ཐར་མེད་འཁོར་བའི་བཅོན་ར་རུ། །བདེ་མེད་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བརྒྱས་གཟིར་ཡང་། །བསྐྱེན་  
མེད་བཀའ་འབངས་ཐ་ཤལ་ལ། །ཆད་མེད་ཐུགས་རྗེས་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། །བརྟན་  
མེད་འཁོར་བའི་དཔལ་འབྱོར་ལ། །ཞེན་མེད་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་ཏེ། །སྒྲ་མེད་  
གོ་འཕང་མཚོག་གི་སར། །འགྲུངས་མེད་སྐྱུར་བར་ཕྱིན་གྱུར་ཅིག །ཅེས་སྐྱབས་གསུམ་  
ཀུན་འདུས་དེ་བོ་སྒྲ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཚིག་དད་པའི་སྐྱེ་ལོངས་གཡོ་བ་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིན་ཞེས་  
བྱེད། འགའ་ཞིག་གཡམ་རྒྱུག་གཡོ་ཚོལ་བྱེད་པ་མཛོང་བས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་ཉམས་མཚར་དུ་བྲིས་པའོ། །

༡༡། །སྟན་དངགས་ལེའུ་དང་བའི་རྗེས་འབྲིད་གྱི་རིགས་པས་  
གང་ཤར་དབྱངས་སུ་ཐལ་བའི་སྒྲུ་ན་བའི་བཅུད་  
ལེན་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་ལོ་གེ་ལྷ་རྒྱ་ཡ། བཀའ་མདོ་རྒྱད་ཀྱན་གདམས་པར་ཤར་བ་  
ཡི། །མགོན་བཀའ་གདམས་གྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེ། །རྗེ་ཞང་ཆེན་གྱི་  
བཀའ་བློན་ཆད་ལས་འདས། །བཀའ་རྗེས་བྱན་གྱིས་གུས་པས་སྤྲུག་ཅིག་འཆལ།  
ད་སྒྲུ་དབྱངས་ལ་ཞེན་པ་མ་ལགས་ཀྱང་། །གདམ་སྒྲ་ཆོགས་གྱི་སྒྲུ་ཡིས་བོན་བྱུང་།  
སྒྲུ་དབྱངས་སྟན་གྱི་གྱི་འགྱུར་བདེ་མིན་ཡང་། །ད་གང་ཤར་གྱི་ཐོལ་བྱུང་སྒྲུ་འདི་  
ཐལ། །ང་མ་ཡུལ་ལ་སྤེད་ཅིང་ཞེན་ཞེན་ནས། །ཡུལ་དབྱུངས་གཙང་དུ་འགྲོ་བའི་  
སྐལ་བ་ཆད། །ད་མ་ཡུལ་གྱི་ཉེས་དམིགས་མདོན་སུམ་མཐོང་། །ཡུལ་སྤྲོགས་  
མེད་དུ་བསྐྱོར་ནས་འགྲོ་སྤྱིང་འདོད། །ང་ཐོས་བསམ་གྱི་རྒྱ་ཚོར་བཙལ་བཙལ་ནས།  
ད་ཐོས་རྒྱུར་གྱི་དབྱུངས་གྱི་དོགས་མ་མཆིས། །ཆོས་ཐོས་བསམ་གྱིས་སྒྲུབ་པའི་  
མུང་གཞི་ཟེན། །ད་ཐོས་དོན་བཞེན་སྒྲུབ་པའི་ཡིད་སྟོན་འཆལ། །ང་གདོན་གསུམ་  
གྱི་འདྲེ་ལ་འཛིགས་འཛིགས་ནས། །འདྲེ་གདོན་གསུམ་གྱི་གཉེན་པོར་ལྷ་གསུམ་  
བསྟེན། །ནང་བདག་འདིན་གྱི་འདྲེ་ལ་ཐོན་མ་བྱས། །སྟར་བདག་འདིན་གྱི་འདྲེ་  
འདིས་ཕུང་བྱས་མང་། །ང་བདག་མེད་ལ་བདག་དུ་འདིན་ཅིང་ཞེན། །རྒྱུན་དེ་  
ཀ་ཡིས་བདག་གཞན་རིས་སུ་བཅད། །བདག་གཅེས་འདིན་དང་གཞན་གཞོད་བསྐྱང་  
དེས་ཕུང་། །ད་བདག་འདིན་གྱི་འདྲེ་འདི་ཨེ་ཐུལ་བཟ། །ང་ཟེར་སྒྲོས་གྱི་བདག་  
མེད་སྒྲུ་ལ་བྱང་། །སྟོའི་ཞེན་སྤྲུག་ན་བདག་དུ་དམ་ཅིང་འདིན། །ང་བདག་འདིན་

གྱི་ཞེན་ཡུལ་བཀག་བྱས་ནས། །ཐོ་བདག་མེད་གྱི་དབྱིངས་སུ་ཐོ་བདག་ལ་ཐོག་།  
 ད་མཚོག་གསུམ་གྱི་ལྷ་ལ་ཐོ་བྱུག་གཏོད། །ལྷ་པ་མིན་གྱི་འདྲེ་ལ་སྐྱབས་མི་འཚོལ།།  
 རང་རང་སེམས་གྱི་ལྷ་ཞལ་ཨེ་མཐོང་ལ། །སྤྱི་ལྷ་འདྲེ་ལ་རེ་དོགས་བྱེད་དོན་མེད།།  
 ད་མི་མེད་གྱི་རི་ལ་མ་བསྐྱད་ཀྱང་། །འབྲུལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་མི་དང་མཐུན་འདུག་  
 སྤང་། །མི་མགོ་བསྐོར་གྱི་གཡོ་ཐོལ་བྱས་པ་མེད། །མི་མ་མགུ་ཀྱང་དེ་གས་  
 འབྲས་པ་ཡིན། །ང་ཚས་ཕྱོགས་གྱི་བསོད་ནམས་མི་རུང་ཆེ། །རུང་གཞོན་དུས་  
 རས་ཚས་གྱི་གྲ་སར་ཞུགས། །ཚས་ལག་ལེན་གྱི་སྐྱོངས་པ་དཀའ་ན་ཡང་། །ཚས་  
 ཐོས་བསམ་གྱིས་མི་ཆེ་པལ་ཆེར་ཐལ། །ང་རྒྱལ་འཚོས་གྱི་སྐྱར་སྐྱར་མ་ཞུམ་ཡང་།།  
 སེམས་ཞུམ་མེད་གྱི་རྟོག་གི་མགོ་མཁྱེགས་མིན། །རྩི་ཆད་ལྷན་གྱི་བྱང་དུ་ཞུམ་  
 ཞུམ་གསུ། །བཀའ་མདོ་རྒྱུད་ལ་ཞུམ་མེད་བཙོན་པ་བཞུན། །ང་དགོར་ཐས་ལ་  
 རམ་པ་མ་ལགས་ཀྱང་། །སྐྱོན་གཞན་དབང་གིས་དགོར་ལ་སྐྱགས་དགོས་བྱུང་།།  
 དགོར་འདག་ངེས་གྱི་བཤགས་སྒྲོམ་དཀའ་ན་ཡང་། །རི་མི་སྐྱམ་པར་མ་བསྐྱད་  
 དགོར་ཐོན་བྱས། །ང་འབད་འབད་གྱི་ཁོར་རྩས་མ་བསགས་ཀྱང་། །ཁོར་དངོས་  
 བོ་ཡི་མི་ཐོངས་གདེང་གཅིག་ཡོད། །ཁོར་མི་ཆོ་ལ་མི་རེ་ལྷ་ལ་རེ། །ལྷ་ཁོར་  
 བདག་གི་བྱིན་རྒྱབས་སྐྱར་བར་ངེས། །ང་རྒྱུ་ཁོར་གྱི་བྱིར་དུ་མ་རྒྱགས་ཀྱང་། །རང་  
 འཁོས་བསྐྱན་གྱི་ཁོར་འདིས་མི་གཏོང་གདལ། །བྱིད་ཁོར་ལྷན་གྱི་བཞིན་ལ་བལྟ་  
 འདོད་མེད། །བདག་ཐོས་ཁོར་གྱིས་ཁེངས་པའི་མི་གཅིག་ཡིན། །ང་རྒྱུད་དུས་  
 སུ་ཐ་སྐྱད་ཆིག་ལ་ཞེན། །ཆིག་འཐེན་འབྱེར་གྱི་ཚོད་པའི་རིག་ཅལ་འགྲན། །ང་  
 ཆིག་ཅམ་ལ་མི་རྟོན་དོན་ལ་སེམས། ། ། །ཆིག་འདྲ་མཚུངས་གྱི་མི་འབྲུལ་ཕྱོགས་  
 གཅིག་གོ། །ང་དག་གཉེན་ལ་ཁོ་ཆགས་བལ་མིན་ཡང་། །མ་རིགས་དུག་གི་  
 གཉེན་ཀྱན་ལལ་པོར་ནས། །འབྲུལ་འདི་སྐྱར་གི་གཉེན་ལ་ཞེན་འཐས་པའི། །མི་

གཉིན་ཞེན་ཅན་གཞན་དང་ཅུང་མི་མཚུངས། །ང་དག་ཕྱོགས་ལ་ཏ་ཅང་གོ་ལ་འདོད་  
 ཅུང་། །དག་མི་བྱུང་གི་དོགས་པས་སྤར་མ་མིན། །ཡོངས་དག་གཉིན་གྱི་འགྱུར་  
 བ་མ་ངེས་ཤིང་། །དག་འི་དྲངས་མ་དེ་གར་ཡོད་ཕྱོགས་ཅམ་གོ །ང་ཅུང་དུས་  
 ནས་དཀའ་བ་དང་ཐངས་བྱས། །ལས་དཀའ་ཆོགས་གྱི་སྒོ་སྒྲུ་གོས་རུལ་བསྐྱེན།  
 གཞུང་བཀའ་པོད་གྱི་ཆོག་དོན་འབད་པས་སྤངས། །ད་དཀའ་ལས་ལ་སྤྱད་རིན་  
 ཆོག་པ་བྱུང་། །ང་ཤེས་སྤྱད་གྱིས་ཐེ་རག་མི་རྒྱག་ཀྱང་། །གཞན་ཤེས་ལོ་ཡིས་  
 ཅུང་གོ་ཆེ་བ་འགའི། །སྒོའི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་འགའ་ཅམ་ཤེས། །ད་ཤེས་  
 ཅམ་ལ་མི་འཛོག་སྒོམ་སྤྱིང་འདོད། །ང་མཇལ་འདོད་གྱི་སྒོན་བྱོན་དམ་པ་ནམས།  
 མིག་ཅུ་བུར་གྱིས་དངོས་མཇལ་མ་བྱུང་ཡང་། །བཀའ་བྲི་མེད་ལ་བརྟེན་ནས་འོ་ལ་  
 སྤྱིས་མཇལ། །འདི་མལ་བ་འགའི་དངོས་མཇལ་ལས་ལྷག་སྤྲུམ། །ང་བཀའ་  
 འབུམ་དང་ནམ་ཐར་མཇལ་བ་ན། །སྤྱི་མཇོད་སྤྱོད་གྱི་རིམ་པ་གང་སྤང་མཇལ།  
 གསུང་ཐེབས་གནང་གི་རིམ་པ་ཇི་གསུང་མཇལ། །བྱུགས་ཆར་སྒོ་ཡི་རིམ་པ་གང་  
 བར་མཇལ། །ང་དད་འདུན་གྱིས་མཇལ་ལུགས་དེ་ལྟར་ཡིན། །མི་གཞན་དག་  
 གིས་དངོས་སུ་མཇལ་ན་ཡང་། །ཚུལ་དེ་ལྟར་དུ་མཇལ་བའི་སྐལ་བ་མེད། །ཁྱེད་  
 མཇལ་འདོད་ཆོས་དེ་བཞིན་མཇོད་ན་ལེགས། །ཞེས་སྤྱན་དངགས་ལེའུ་དང་ཐོའི་ཇེས་འཁྱེད་གྱི་  
 རིགས་པས་གང་ཤར་དབངས་སུ་ཐལ་བའི་སྤྱན་ལའི་བཙུན་ལེན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་སྤྱིང་དཀར་སྤྱོད་གྱིས་འི་ཆ་མ་ཇེ་འཕྲུལ་  
 མཚམས་གྱི་སྤྱར་ཐོབ་དུ་མ་རྒྱལ་འཕྲོན་དཀའ་ཞིང་མཛོད་སྤགས་གྱི་གོང་ཁ་བྱུང་ཁོ་ཁོ་ནས་ཐེབས་པའི་མཆོས་ཡིན་ཚུལ་ལོ་  
 རྒྱུ་གཤམ་སྤྱོད་གས་པའི་སྤྱན་གྱིས་བསྐྱུ་དེ་ལྟ་འདི་དག་སྤྱོད་ཕྱོང་རྒྱ་མཚོ་སྤྱན་ཞེས་བྱ་བས་གང་དཔྱད་གས་འབྱུང་དབྱངས་  
 སུ་ཐལ་བའོ། །



༡༡། །དམ་པའི་དམིགས་བྱས་སྒྲོར་པའི་གདུང་དབྱངས་གྱི་ང་རོ་  
གསང་མཐོ་བ་འགྱུར་མེད་དད་པའི་རང་མདངས་  
གསལ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་ལོ་ཀེ་ལྷ་རྩ་ཡ། ཡོངས་ཀྱི་ལ་བ་ཀྱན་ལས་བཀའ་འདྲིན་ཅན།  
མཚན་བརྗོད་པར་དཀའ་བའི་དྲིན་པོ་ཆེ། །ཕ་མ་ལན་ཆེན་དག་གི་དབང་པོའི་ཞབས།  
འབངས་གདུང་བའི་དབྱངས་ལ་ལྟ་སྟན་དགོངས། །མ་འགྲོ་བའི་ཤེས་རྒྱུད་ཞིང་  
ས་རུ། །ཆོས་བདུད་ཅིའི་སྤང་ཆར་ཉག་འཛོལ། །ཕ་བཙེ་ཆེན་སྤྲིན་འཕྲིང་ཚུ་  
རིས་ཅན། །ཞིང་དག་པའི་དབྱིངས་སུ་སྒོ་བྱར་ཡལ། །དུས་སྟིགས་མའི་མཚང་  
ལ་བསྟན་བཅུགས་ནས། །ཁོང་རང་དབང་ཅན་ནམས་གཤེགས་འགྱུར་ན། །ངེད་  
སྟིགས་མའི་དུས་གྱི་གདུལ་བྱ་ནམས། །སྐྱབས་དབྱང་གཉིན་སུ་ལ་རེ་བ་བྱེད། །ཇི་  
བཙེ་ཆེན་སྤྲིང་ཇིའི་རང་བཞིན་ཅན། །ཕ་ཁྱོད་འདྲ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ལ། །བྱགས་  
གཞོལ་བའི་རང་ཚུལ་འདི་ལྟར་ན། །ངེད་མ་དག་འགྲོ་བའི་མགོན་སྐྱབས་སུ། །སྒྲི་  
འཆི་བ་བྲལ་བའི་དོ་རྩེ་སྒྲི། །འབངས་སྐྱལ་ངན་བདག་ཅག་སྤང་འོ་རུ། །འཆི་  
འཕོ་བའི་རྩལ་བཞེན་པ་ཡིས། །ཡིད་གདུང་བའི་སྤང་མ་ཁང་བྱར་བཅུགས། །རྒྱུད་  
ཚུལ་ཁྲིམས་ཡོངས་དག་གསལ་བྱེད་གྱི། །ཉགས་འབྲུལ་མེད་འོད་ཟེང་འི་ངད་  
ལྗང་། །ཞལ་མཐོང་ཅེས་སྤང་བ་འགྱུར་བྱེད་སྒྲི། །འབངས་བདག་ཅག་མཆལ་  
བའི་སྐྱལ་བ་ཆད། །བྱགས་བྲམས་བཙེའི་རང་བཞིན་དཔོག་བྱེད་པའི། །གསུང་  
ཆངས་པའི་དབྱངས་སྟན་དག་ཅིང་གསལ། །ལུང་རིགས་པའི་སྐྱབས་ནས་འཐོན་  
པ། །འབངས་བདག་ཅག་ཐོས་པའི་སྐྱལ་བ་ཆད། །ཡོངས་འགྲོ་བ་ཀྱན་ལ་འཆོ་

སྒྲིངས་ཤིང་། །སྒྲོས་རང་ཅག་གདན་ས་ཆེན་པོ་འདིར། །པ་སྒྲ་མའི་འཕྲིན་ལས་  
འབྱར་འདེགས་པའི། །ཐུགས་འགྱུར་མེད་དེ་ཡང་བསྐྱེལ་ལམ་ཅི། །དུས་ད་ལྟ་  
ཆོས་རྒྱན་འདྲིན་པ་འགའ། །ལུགས་མང་པོ་འོ་ཆུ་བཞིན་དུ་བསྐྱེ། །ཞུ་གསེར་  
མདོག་ཅད་པར་འཆང་བའི་སྟེལ། །ད་འདྲིན་སྒྲིངས་སྟེལ་བ་སྟེལ་རེ། །བསྐྱན་  
ཡོངས་རྫོགས་སྒྲིང་བཞི་མ་ལུས་པ། །དུས་གཅིག་ཅར་གསལ་བར་རྒྱས་པ་ཡི།  
རྒྱ་ཁྱབ་བཟང་ཞིང་གི་ཉི་མ་རྒྱལ། །ད་འགྲོ་བའི་སྒོ་ཐུན་སྟེལ་མེལ། །པ་དབང་  
བཅུ་དག་ལ་མངའ་བསྟེས་ཤིང་། །དུས་བསྐྱེལ་བར་སྔོན་པའི་མཐུ་མངའ་ན། །དེང་  
ཅིའི་ཕྱིར་སྐྱེ་མའི་བསྐྱེ་བྱིད་མཛད། །འབངས་བདག་ཅག་ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་བསྐྱེས། །དེང་  
འགྲོ་བའི་བསོད་ནམས་སྟེལ་མཐར་གདུགས། །ལྷ་དཀར་པོའི་ཐྱོགས་ནམས་མཐུ་  
ཞན་ཞིང་། །བདུད་ནག་པོའི་ཐྱོགས་ཀྱི་ཁ་རྒྱལ་བས། །རྒྱུ་བསྐྱན་པའི་སྟོག་ཤིང་  
མང་ནས་འབྱེལ། །ཡོངས་འཁོར་བའི་འབྲོག་དགོན་བྱང་ཐང་དུ། །སྒོ་མ་རིག་  
མིང་ཏོག་གིས་ལོང་བའི། །ཐྱོགས་གར་འགྲོ་གཏོལ་མེད་འབྲུམས་པ་ཡི། །བྱ་  
ངན་འགྲོའི་གཡང་ཁ་འགྲིམས་ལ་གཟིགས། །ལམ་ལོད་གསལ་གཞོན་པའི་རྒྱང་  
ལས་ནི། །ལྷ་མཚན་དཔེའི་གར་དུ་བཞེངས་པའི་སྐྱེ། །བདག་ཆུ་བྱར་མིག་གི་  
ཡུལ་ལས་འདས། །སྤར་མཇལ་བའི་སྐྱེ་ལུས་བསྐྱན་དུ་གསོལ། །ལུས་རང་  
རྒྱགས་མི་ཐུབ་གོམ་འགྲོས་འཁྱོར། །མིག་མཆི་མས་གང་བས་གཟུགས་ལ་སྒྲིབ།  
དབུགས་རང་སོར་མི་གནས་བྱགས་རིང་ཅན། །པ་སྒྲ་མའི་སྐྱན་གྱིས་གཟིགས་ལགས་  
སམ། །བྱ་གདུང་བའི་འོ་དོད་འཕོད་པ་ཡི། །མགྲིན་མཆི་མས་འགག་པའི་སྐྱད་  
ཀྱི་གདངས། །སྐྱེ་མི་སྐྱན་འདྲེར་བའི་སྐྱེ་སྒྲགས་ལ། །པ་སྒྲ་མའི་སྐྱན་གྱིས་དགོངས་  
ལགས་སམ། །འབངས་གཅིག་བྱར་རང་ཤག་གནས་པའམ། །གཞན་མང་པོའི་  
གསེབ་དུ་ཕྱིན་ཡང་རུང་། །ཡིད་སྤྱང་ན་རི་བོས་ནོན་པ་འདི། །པ་སྒྲ་མའི་ཐུགས་

གྱི་མཁུན་ལགས་སམ། །པ་ཐ་མའི་འཇའ་ལུས་དྲེའི་སྐྱུམ། །འབངས་ཤ་རུས་  
གདོས་བཅས་ལུང་པོ་འདི། །སྐྱེ་དྲེའི་ལང་ཆོར་ལྷུར་བསྐྱར་ལ། །གང་མཐོང་  
ཆད་འགྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་ཚོབས། །པ་ཐ་མའི་གསུང་གསང་དྲེའི་ཡིས། །འབངས་  
ཀྱལ་བརྒྱུད་དག་གི་རང་བཞིན་འདི། །གསུང་དྲེའི་ངོ་པོར་ལྷུར་བསྐྱར་ལ། །གང་  
ཐོས་ཆད་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་ཚོབས། །པ་ཐ་མའི་མི་དོག་བྱགས་དྲེའི་ས། །འབངས་  
འབྲུལ་འབྲུམས་ཡིད་གྱི་རང་བཞིན་འདི། །བྱགས་དྲེའི་ངོ་པོར་ལྷུར་བསྐྱར་ལ། །  
གང་དན་ཆད་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་ཚོབས། །ཞེས་དམ་པའི་དམིགས་བྱས་སྒྲོར་པའི་གདུང་དབྱངས་  
ཀྱིང་རོགས་ང་མཐོབ་འགྱུར་མེད་དད་པའི་རང་མདངས་གསལ་བྱུང་ཅིས་བྱུང་འདི་ཡང་། རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་དམ་པའི་ཆོས་  
འདིན་པའི་རྒྱུ་ལས་གྱི་མཐུག་པ་པས་རྣམ་པར་དཀར་པའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་འཕྲི་རྒྱུ་མ་ལུས་བཀྲུག་ཅིང་བཀྲུག་པ་དང་སྐྱབ་པས་  
བསྐྱར་འདིན་གྱི་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཀྱི་ཁྲོད་ན་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་དོག་རྣམ་མཛོད་པར་མཐོབ་པ་དཔལ་ལ་པན་ཆེན་དག་གི་དབང་པོའི་  
ཞལ་ཐུན་མ་གཞགས་སྐྱར་གསལ་བཅོས་དབྱིངས་སུ་བསྐྱབ་པའི་མཛད་པ་བསྐྱར་སྐྱབས། མཐོན་པོ་གང་གིས་བུམས་བཅུ་ཉེ་བར་  
བསྐྱར་སའི་རྒྱུ་འབྲེལ་གྱིས་མ་དད་ལོག་ལྷ་སྐྱོད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མ་སྐྱེས་པས་བྱིན་རྒྱུ་བས་ཀྱི་ཐོག་སའི་རྒྱུང་ལ་འཕྲོས་པའི་སྐྱེས་  
བསྐྱར་པོར་རྒྱུ་མས་བ་ལྟུའི་དགོ་ཚུལ་སྐྱེ་ས་སུ་དཔེ་ཅིག་ཅིག་ཀྱི་གསོལ་བ་བཏབ་པའོ། །

༣༣། །སྐྱོ་བའི་ཆ་གདུང་སེལ་བའི་དྲི་མེད་ཆེག་གི་བསང་གདོར་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་ལྷུ་ཅུ་ལོ་ཀེ་ཤ་རུ་ཡ། མགོན་མེད་མགོན་ཏུ་རྒྱལ་བས་རྒྱལ་  
སྐས་ཀྱི་ཚུལ་བཟུང་ཐ་མ་ཡི་མཁུན་ནོ། །རང་གི་རང་དོན་མི་སེམས་མི་དོན་ལ་  
མཐོ་བསམ་གདོང་བ་འདི་ཨོ་བདེན། །འཛིག་དེན་འཛིག་ཚུལ་རྒྱལ་བོའི་རྒྱལ་ས་  
ཡི་ཐུ་མཐའ་སེམས་པ་འདི་བསྐྱར་ལ། །ཐུ་མ་ཐུ་མའི་ང་དང་ང་རང་གི་སྤྱིང་ཏུ་

ཅེ་འོང་ལ་སོམས་ཤིག །ཤེས་རྒྱུད་ཉོན་མོངས་ལོ་རེ་ལོ་རེ་བཞིན་རྩེ་ཆེ་རྩེ་རྩེ་གསུ་  
 སུ་སོང་ཞིང་། །དེ་ལུས་སྒྲིབ་དན་ཟླ་རེ་ཟླ་རེ་བཞིན་རྩེ་དན་རྩེ་ཐུ་སོང་འདུག།  
 གྱི་དུད་འཆི་བ་ཉོན་རེ་བཞིན་རྩེ་སྒྲུང་རྩེ་མགྲོགས་སུ་འོང་བས། །དུད་སྒྲིབ་མེད་  
 ཏེ་རྟོ་ཉེ་འོང་རྩེ་དལ་རྩེ་དལ་དུ་འདུག་གས། །བདེ་དགའི་འཇའ་རིས་རྩེ་རིང་  
 རྩེ་རིང་དུ་ཡལ་ནས་ཟིན་མེད་དུ་ཐལ་ཞིང་། །སྤྲིག་སྤྲིག་གི་བ་སོ་རྩེ་ཉེ་རྩེ་ཉེ་དུ་འོང་  
 ནས་ཐེབས་འོག་དུ་མནན་ཏོ། །འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་རྩེ་ཟབ་རྩེ་ཟབ་དུ་གཏོང་བའི་  
 བསམ་མེད་གྱི་སྒྲོན་པ། །དུད་བསམ་སྒྲོ་རྩེ་རིང་རྩེ་རིང་དུ་བདད་ནས་སོས་དལ་  
 དུ་འདུག་གས། །དན་སོང་དན་འགྲོར་ལྷུང་བྱེད་ལྷུང་བ་ཡི་ཆར་བཞིན་འབབས་  
 རྒྱལ་འདི་སོམས་དང་། །མི་ཟད་མི་ཁོམ་གནས་སུ་གནས་པ་ལས་ཐར་བའི་དུས་  
 ཚོད་ཞིག་ཡོད་དམ། །ཆིག་སྤང་ཆིག་གི་སྒྲོབ་གཉེར་སྒྲོབ་པ་འདི་བཞག་སྟེ་རི་  
 སུལ་དུ་ཡིབ་ནས། །སྒྲོམ་གསུམ་སྒྲོམ་པ་སྒྲུང་བ་བསྒྲུང་བུ་ཡི་མཚོག་དུ་བྱེད་པ་  
 ཞིག་བྱུང་ན། །དབྱར་དང་དགུན་དུ་གངས་ཁོད་གཡའ་ཁོད་དུ་རྒྱ་ཞིང་དཀའ་ཐུབ་  
 གྱི་འཚོ་བས། །ཉོན་དང་མཚན་དུ་མི་མེད་ཁྲིམ་མེད་གྱི་གནས་སུ་ལྷ་ཚོས་ལ་འབད་  
 པས། །དབྱར་དང་གཉེན་དུ་དོགས་མེད་རེ་མེད་གྱི་དང་ནས་མི་ཆོ་འདི་བསྐྱལ་ཏེ།  
 །འཕྲལ་དང་ཡུན་དུ་ལས་བདེ་སེམས་བདེ་ཡི་བཙན་ས་ཟིན་པ་ཞིག་བྱུང་ན། །མཐོ་  
 མཐོ་རྒྱུད་བསྐྱར་དམའ་དམའ་རྒྱ་བསྐྱར་གྱི་སྒྲོན་བྱོན་དམ་པ་ཡི་ནམ་ཐར། །ཡང་  
 ཡང་འདུན་པ་དུང་དུང་ཐུགས་དག་གིས་ཡིད་སྒྲོན་སྒྲིང་ཁྲུང་ནས་འཆའ་འོ། །བདེན་  
 བདེན་ཆིག་གིས་འདོད་འདོད་སྒྲོལ་བ་ཡི་ལྷ་དང་དྲང་སྒྲོང་གི་ཚོགས་གྱིས། །གང་  
 གང་བསམ་པ་སྐྱར་སྐྱར་འབྲུབ་པ་ཡི་སྒྲོན་ཆིག་ཐུགས་རྩེས་རང་གཟིགས་འཆའ།  
 །དེ་སྐད་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲོན་ལྷ་ལོ་དད་པ་དགེ་སྒྲོང་གི་གཟུགས་བརྟན། །སྒྲི་སྒྲི་ས་ར་  
 ས་སྒྲོང་ཆབ་སྤྲིད་གྱི་དོན་དུ་ཉོན་རེ་བཞིན་གསུངས་སྐབས། །བསྐྱར་འདིན་ཚས་

ཅོ་ནེ་སྒྲ་མ་སྒོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒོར།

སྒྲ་ཚོས་རྒྱལ་འདིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར་ཡུན་རིང་དུ་གནས་ཀྱང་། རང་ཉིད་  
གནས་པའི་གནས་དུས་བྱང་བ་འདི་དན་ནས་ཐོལ་བྱུང་དུ་སྒྲས་སོ། ། ཞེས་སྒྲོ་བའི་ཆ་གདུང་  
མེལ་བའི་དྲི་མེད་ཆོག་གི་བསང་གཏོར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་སྤྱི་འདུས་ཀྱིས་ཐོ་བྱུང་བཅོམས་ཏེ་ཚོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་  
ཡུམ་བཅས་ཡུལ་བཏོན་སྐབས། ཤར་རྒྱལ་ཚོའི་མཐའ་ནས་འོང་བའི་གྲུ་མིགས་དཔལ་པོ་སྐབས་ཞེས་པའི་ཚོས་ཐོགས་ཤིག་  
ཡོད་པས་རྒྱུ་མིའི་སྐད་ཤེས་པས་མིག་ནས་མཆིམ་འདོན་བཞིན་དེའི་དང་རྒྱལ་ཡང་ཡང་བཀྲ་པས་རྟེན་བྱས་དཔེལ་བཞུག་དང་།  
མོགས་ལ་གནོད་པར་བྱུང་སྐབས། རྗེ་བཟོན་པའི་སྒྲོན་མེས། རང་སྤྱོད་ཀྱི་འོངས་ཤེས་ཤེས་པ། རྒྱ་མོག་པའི་མཐའ་ཡི་  
མདངས་རྒྱག་ལས། རང་ཅེས་བའི་གཅེས་སྤྱད་འདིའི་སྤྱོད་དུ། གཏན་སྤྱིད་སྤྱད་ཅི་འོངས་མཚོ་བསམ་མོངས། ཞེས་པའི་  
དོན་རྟེན་ཡིད་ལ་སེམས་ཞིང་སྒྲོ་བའི་མགོ་མཚོན་སྐབས་ཡིད་ཀྱི་རིམ་སྤྱི་ས་རས་ཡིག་རིས་སུ་ལུ་བ་པོ། །

༡༡། རྣམ་འཆི་ངེས་མེད་བྱ་གཏོར་གི་ཐོལ་སྒྲུ་དཔེ་ཉིར་འཇལ་  
གྱི་རྗེས་དཔག་སྤྱིང་ལ་སྒྲུན་བྱེད་རིགས་པའི་འབྲུལ་འདེགས་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་ཨྲཱ་ཅུ་ལོ་གེ་བུ་རྩ་ཡ། ཡོངས་རྒྱལ་ཀུན་གསང་གསུམ་དོ་རྗེའི་  
ངོ་བོ་ཉིད། མི་བདག་ཅག་མགོན་དུ་རྩར་སྤྱིག་འཆང་བའི་ཐོལ། སྐབས་ཀུན་  
མཐུན་ངག་གི་དབང་པོའི་ཞབས་མེན་མོར། དཔལ་དགོས་འདོད་ཀུན་འབྱུང་སྤྱིང་  
དབུས་ཐིག་ལེར་བསྟེན། རྟེན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ཚོགས་པའི་མཐུ་ཉིད་ལས།  
ཡིད་སྒྲོ་བུར་གཡོས་ཏེ་ཤུགས་འབྱུང་ངག་གི་དབྱེདས། ཆོག་དཔེ་དོན་སྒྲུར་བའི་  
སྒྲུ་ཞིག་འདི་ན་ལེན། དཔེ་དོན་དང་ཨེ་འཕྱོར་སྒྲོས་ཤིག་རྟོག་དཔྱད་མཁན། མཚོ་  
སྒྲོན་མོའི་སྒྲོང་དུ་བང་རྩལ་གྱིས་འབྲུག་པའི། ཉེ་ལྷང་དཀར་འདབ་དབྱག་གཡོ་  
བའི་གསེར་མིག་ཅན། ཁྱོད་དོགས་ཐོན་དགོས་པ་མིན་ནམ་མཆིལ་བ་ལ། དུས་

ད་ལྟ་ཟིན་པར་གྱུར་ན་ཨ་ཙམ། །གངས་མཐོན་པོའི་རྩུར་ཁ་འགྲིམ་པའི་ཡང་རྩལ་  
ཅན། །མེད་དཀར་མོ་གཡུ་ཡི་རལ་པ་གསེགས་པ་གྱུ། །ཁྱོད་དོགས་ཐོན་དགོས་  
པ་མིན་ནམ་གངས་སྤུབས་ལ། །དུས་ད་ལྟ་གཡང་དུ་སྤྱང་ན་ཨ་ཙམ། །ནགས་  
ཚང་ཚིང་འཁྲིགས་པའི་སྤྱོད་ས་སྤུ་འགྲིམ་པ་ཡི། །གཅན་དཔའ་རྩལ་ཆེ་བ་རྒྱ་ལྷག་  
ཁྲོའོ་གྱུ། །ཁྱོད་དོགས་ཐོན་དགོས་པ་མིན་ནམ་ས་མདའ་ལ། །དུས་ད་ལྟ་ཕོག་  
སྒྲེ་རྩག་ན་ཨ་ཙམ། །དགུང་མཐོན་པོའི་དབྱིངས་སྤུ་ནམ་འཕངས་སྤྱོད་པ་ཡི། །བྱ་  
ཐང་དཀར་ཐོད་པོ་གཤོག་རྩལ་རྒྱས་པ་ཅན། །ཁྱོད་དོགས་ཐོན་དགོས་པ་མིན་ནམ་  
རྒྱང་སྤུ་གྱིར། །དུས་ད་ལྟ་འཐག་པར་གྱུར་ན་ཨ་ཙམ། །ཡུལ་མདོ་དབུས་གཙང་  
གསུམ་ཕྱོགས་མེད་འགྲིམ་པ་ཡི། །ཆོག་ཐ་སྙད་སྒྲུ་ལ་ཕྱེ་བདེ་དོག་གི་བ། །ཁྱོད་  
དོགས་ཐོན་དགོས་པ་མིན་ནམ་འཆི་བདག་དགར། །དུས་ད་ལྟ་ཐོག་བབས་བྱང་  
ན་ཨ་ཙམ། །སྤྱ་དཔེ་བཞི་དོན་དང་ལྷ་ཡི་བསྐྱལ་འདེབས་འདི། །རང་འཆི་བ་  
མི་དྲན་གཞན་ལ་ཆོས་འཚད་མཁན། །མིང་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིན་དུ་འཕོད་པ་ཡིས། །  
ཡུལ་གཞོང་གཞོང་ཞེས་བྱ་བྱུ་པའི་གནས་སྤུ་གྲངས། །ཞེས་ནམ་འཆི་ངེས་མེད་བྱ་གདོང་  
གི་ཐོལ་སྤྱད་པེ་ཉར་འཇལ་གྱི་ཆེས་དཔག་སྤོང་ལ་སྤྱོད་བྱེད་མིགས་པའི་འཕྱུལ་འདེགས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཞི་མཁས་བྱ་བ་ཁྱོད་པོའི་  
གངས་ས་གཞོང་གཞོང་དུ་ཕྱིན་སྐབས། །རྒྱ་ཆོགས་པ་ཐིམ་བརྒྱད་འདུས་པར་བཞད་པའི་ཁང་བཞུལ་དང་། །སྒྲོར་མཐར་དུར་  
ཁྱོད་བརྒྱད་ཡོད་པ་མོགས་ལ་བཞུ་ཞིང་སེམས་སྤྱོད་བས་ཟེན་པའི་སྤྱོད་དུ་སྤྱོད་པའི་པོ་དུར་དུ་སྤྱོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཅས་བསྐྱོ་  
དེན་དུང་བས་རྒྱུན་བས་དེ། ཕྱགས་མེད་རྒྱལ་ཡུལ་འགྲིམས་པའི་སྤྱོད་བབས་བརྒྱུ་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིན་ཞེས་བྱ་བའི་སེམས་ཀྱི་འཆར་  
སྤྱོད་བྱངས་སྤུ་གྱུར་བདག་འར་བའི་དུང་གིས་ཡིག་པ་ལ་པོ། །

༡༡། །ཚོ་བའི་མེ་དོག་གསལ་རིག་སེམས་ཀྱི་བྱང་བས་ཅི་དགའ་  
ཡོངས་སྟོད་པའི་དགའ་སྟོན་ལས་ཉམས་ཀྱིས་དོགས་པའི་སྟོ་  
ལྷ་རིང་མོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

འཕགས་མཚོག་སྒྲུན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷག་ལ་ལྷག་འཛལ་ཞིང་སྐྱབས་  
སུ་མཚེའོ། །ཀྱལ་བ་བྱ་མཚོའི་གསང་གསུམ་དོ་རྩེ་ཡི་དོ་པོ། །གསུམ་ལྷན་  
དུར་སྒྲིག་འཆང་བའི་སྒྲོས་གར་དུ་བསྐྱར་བ། །བཀའ་རྒྱུ་འཁོར་མཐའ་བུལ་བའི་  
རྩེ་བཙུན་གྱི་ཞབས་མེན། །སྤྱིར་ག་ཚས་ཀྱི་འཁོར་ཡོའི་སྟེ་བ་དུ་འཁོད་དང་། །སྤྱིད་  
གསུམ་སྐྱ་མའི་ནགས་སྟོང་ཡངས་པོ་དུ་སྐྱེས་པའི། །སྐྱེ་འབྱོའི་སྟོག་དབུགས་  
ཟ་བ་འཆི་བདག་གི་ཤ་ཟས། །མངལ་ལས་ཐོན་ཙམ་ཉིད་ནས་ཕྱི་རྩེས་སུ་སྒྲིག་པའི།  
ངང་ཚུལ་ནལ་མར་བྲན་པའི་བྱིན་རྒྱབས་ཤིག་སྟོལ་དང་། །རབ་མཛེས་པོ་སྒྲོའི་ཁྲིམ་  
དུ་སྒྲུང་ཆར་ལ་གཞིབས་པའི། །དར་དྲིར་དབྱངས་སུ་འཁོལ་བ་སྐྱག་རྒྱུང་གི་བྱང་  
བ། །ནམ་ཟུང་ཀྱིས་འགྱུར་བའི་བ་མོ་ཡི་རིག་བྱ། །མི་རིང་ཕྱུར་དུ་འོངས་  
ལ་དོགས་ཚོན་ཞིག་གྱིས་དང་། །རིགས་པ་སྐྱ་བའི་གྲ་རྩོལ་སྒྱུར་ལ་བཙོན་པའི།  
ཚད་ངག་དབྱངས་སུ་ཁོལ་བ་སུ་སྒྲི་ཡི་སྐྱ་ར། །ཉིན་མཚན་བར་མེད་འདའ་བའི་  
དབུགས་འཁྲེང་གི་ཐ་མ། །མི་རིང་ཕྱུར་དུ་ཡལ་ལ་དོགས་ཚོན་ཞིག་གྱིས་དང་།  
རྩེ་རི་སྐྱག་པོའི་མགུལ་ན་བག་ཡངས་སུ་སྟོད་པའི། །དཀྱིལ་རིང་རྒྱར་མིག་གཡོ་  
བ་རི་སྐྱེས་ཀྱི་བྱ་མོ། །འབེན་དུ་ཨེ་ཡོན་ལྷ་བའི་མི་བསྐྱུན་གྱི་རྩོན་པ། །མཐའ་  
སྒྲོར་འཇམ་ཅིང་འོངས་ལ་དོགས་ཚོན་ཞིག་གྱིས་དང་། །བཀྱང་སྐྱབ་བསྐྱན་པའི་  
འགྱུར་གནས་བཀྱས་འཁྲིལ་གྱི་སྤྱིང་ན། །སྐྱ་སྐྱེའི་སྟོབ་གཉེར་ཞེན་པ་སུ་སྒྲི་ཡི་

༡༡། རྟོག་གི་ཁ་བཤད་མཁན་གྱིས་པན་པར་སྒྲུབ་པའི་ཆོག་ཆོག་  
 རི་པ་དཔལ་པོ་རི་ལ་འགྲོ་བའི་རྫོང་ས་ཚོས་  
 ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་ལྷ་རྩ་ལོ་གེ་ཤུ་རྩ་ཡ། ལྷིང་མི་གིགས་ཐིག་ལའི་གུར་ཁང་  
 དུ། འདལ་ཡི་ཤེས་ལྷ་ཡི་འཇའ་ཚོན་རིས། འདྲིངས་སྒྲོས་བྲལ་ངར་དུ་འབྲས་  
 པའི་དབྱིད། ཞི་ཁྲོ་པོའི་གར་དུ་ཅེན་གྱར་ཅིག གནས་ངེས་མེད་རི་སྐལ་འགྲིམ་  
 པ་ཡི། ཆེ་སྒྲོས་བཏང་སྒོ་བཟང་ཤེས་རབ་གྱེ། ཡིད་མ་གཡེངས་ཅི་གཅིག་  
 རྩར་གསོན་དང་། གང་ཤར་ཚོད་ཆོག་གི་ཁྲོང་བར་སྒེལ། འ་སྒྲུ་སྒྱུ་འི་སྒོ་བ་  
 གཉིར་ཞེན་པ་ཡི། ཆོག་ཐ་སྙད་དག་ནས་བསྐྱར་བ་ལས། རང་མེམས་རྒྱད་  
 ཁྲོང་པོར་ལུས་པའི་སྒྱིར། གཞན་ཚོས་ལ་བསྐྱལ་བ་མི་འོས་མོད། ཁྲོད་དགེ་  
 པའི་བཤེས་ཀྱི་དངོས་བསྟན་ནས། ས་ཐག་རིང་ཡུལ་ནས་ཡང་དང་ཡང་། ཆོགས་  
 དཀའ་བས་བཟོད་དེ་གཏན་མཐུན་གྱི། ལས་རི་ལྟར་སྒྱུབ་བ་ཞུ་འོ་སྟེ། རང་  
 ཁས་བླངས་སྒོ་མ་གསུམ་བཅས་མཚམས་ལ། སྒོ་ཞིབ་མོས་དབྱུད་ན་སྒྲང་བླང་  
 ཚུལ། འུས་ད་ནས་ལག་དུ་ལེན་པ་ནི། རྒྱལ་སྐས་བཅས་དབྱིས་པའི་མཚོད་  
 སྒྱིན་ནིད། རྒྱལ་དེ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་མི་ཤེས་པ། སྒྲིག་ལྟར་བ་འབྱུང་བའི་སྒོ་  
 ཡིན་པས། འས་སྒོ་མ་གསུམ་བསྐྱབ་བྱ་ཡང་ཡང་བཤད། རེ་བརྟེན་མེད་སྤྱིང་  
 གི་དབྱིལ་དུ་ཚོངས། ལམ་གཅིག་ཚོག་ཐུན་དུག་ནལ་འབྱོར་དང་། འདལ་བྱང་  
 རྒྱབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཁྲིད། ལྷ་གཤིན་རྗེའི་གཤེད་པོའི་བསྐྱེད་རྫོགས་སོགས།  
 མི་ཁྲོད་ཀྱི་འདོད་པ་མ་ལུས་བསྐྱངས། བདག་རང་ལ་ཉམས་སྤྱོད་མ་མཆིས་ཀྱང་།



པ་སྐྱ་པའི་གསུང་དག་ཆོག་གི་རིས། ཟུར་མ་ཉམས་སྒོ་ལ་མཆིས་པ་རྣམས། ཁྲོས་  
གང་ཕྱོགས་སྤྱོད་གྱི་ན་པར་བསྐྱལ། རྩལ་དེ་དག་ལས་གཞན་བསྐྱབ་བྱ་ནི། མི་  
བདག་ལ་བསྒོ་བ་ཅང་མ་མཆིས། དེ་ལོན་གྲང་རི་ལ་འགྲོ་ཆོས་སུ། ཆོག་ཉུང་  
དུ་ཅམ་ཞིག་འདི་སྒྲོང་ལོ། བྱིད་འདོད་པ་རྒྱུ་ཞིང་ཆོག་ཤེས་ངང་། ཆོ་སྐྱུ་བ་  
པ་མཉམ་པའི་དམ་བཅའ་ཡིས། སྐར་དབེན་པའི་རི་སུལ་སྒྲོག་པ་ལ། བདག་  
སེམས་པ་གཏིང་ནས་དགའ་མགུ་རངས། དེ་ལོན་གྲང་སེམས་གྱི་འཆར་སྒོ་ནི།  
སྒྲུ་གཅིག་དུ་མི་གནས་གཡོ་བ་ཅན། དོན་དེ་ཕྱིར་སྤྱོད་གའི་བཙོན་འགྲུས་གྱིས།  
སེམས་དམ་བཅའི་རི་མོ་བརྟན་པར་བྱངས། ཡོངས་འགྲོ་བའི་ཁམས་ནི་ཐ་དང་  
ཅིང་། ཁྲོའི་འཆར་སྒོ་སྒྲ་ཆོགས་རིས་མང་བས། གཏན་དང་པོ་སྐྱས་གྲང་ཕོག་  
ཐུག་འབྱུང་། སུ་གང་དང་འགྲོགས་གྲང་སྐྱ་བ་སྐྱུངས། དུས་ཀྱན་དུ་རང་སེམས་  
ལ་བརྟག་ནས། སྒྲོན་སྒྲ་རི་འགོག་པ་ཨི་རུས་དང་། དཔལ་ཡོན་ཏན་སྒྲ་རི་ཨི་  
སྐྱ་སྒོས། དེ་གོམས་པས་མཐར་ཐུག་སྤངས་ཤོགས་འབྱུང་། གཞན་ལུས་དག་  
རི་ལྟར་འབད་ན་ཡང་། ཁྲོ་མ་འགྱུར་བ་དེ་དགོས་རུས་རྒྱུང་། དོན་དེ་ཕྱིར་ཆོས་  
གྱི་སྒྲོན་དུ་ནི། ཡིད་འགྲོ་ཞིང་ཡིད་ནི་གཙོ་བར་གསུངས། དཔལ་སངས་རྒྱས་  
པ་ཡི་རང་ལུ་ལ། ཆོས་སེམས་གྱི་སྤྱིང་ནས་སྐྱབ་དགོས་པས། མིག་ན་བས་  
འཛིན་པ་གཞན་དག་ལས། བྱིད་འཕགས་ཤིང་མཆོག་དུ་སྤྱོད་པར་གསུངས། རྩལ་  
དེ་ལྟར་ཡིད་ནི་གཙོ་ལགས་གྲང་། དུས་ད་ལྟ་རང་ཅག་ལས་དང་པོས། རྒྱང་  
སེམས་སྤྱིང་དག་སྒྲོར་འོངས་ཐབས་སུ། ཕྱིའི་ལུས་དག་དགེ་ལའང་འབད་པ་  
གནད། སེམས་སྒྲོན་དང་ཡོན་ཏན་སྤང་སྤང་ལ། ཐབས་དུ་མས་གོམས་འདྲིས་  
བྱིད་དགོས་པར། བཀའ་མདོ་རྒྱུད་གཞུང་ལུགས་ཡོད་དོ་ཙོག། དོན་གཅིག་པོ་  
འདི་ལ་གཞོལ་ཞིང་འབབ། སེམས་ཉེས་པས་བཅིངས་གྲོལ་འཁོར་འདས་སུ།

འཛིག་དགོས་པའི་གནད་འདི་མ་གོ་ན། །དཔལ་བདེ་འདོད་སྐྱུག་བསྐྱལ་གཞོམ་  
 འདོད་ཀྱང་། །ལར་མི་འདོད་འབྲས་བུ་ཕྱོག་སྟེ་འབྱུང་། །ཡོངས་རྒྱ་སྟེ་རྒྱ་མཚོའི་  
 ནངས་མའི་བཅུད། །དཔལ་བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་ཚོ་ག་ཡང་། །ཆོག་  
 བཟེད་མེད་དག་ནས་ཤར་སྐྱུངས་དང་། །སྒོས་གང་ཕྱོགས་ཤར་བསྐོམ་བྱེད་ལ་འབྱུངས།  
 །སྒོས་རང་ཅག་ཁ་བ་ཅན་རྫོངས་འདིར། །ལྷ་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོར་འབྲེལ་ཟབ་པས།  
 །གཟུངས་ཡི་གེ་དྲུག་མའི་བསྐོམ་བརྒྱས་གྱིས། །ཡོངས་རྒྱལ་བའི་ཐུགས་རྒྱུད་  
 བསྐྱལ་ལ་རེས། །དུས་ད་ལྷ་སྟིགས་མའི་མཐར་ཐུག་པས། །ཆོས་ལུང་རྟོགས་  
 བསྟན་འཛིན་སྐད་པོ་ཡང་། །སྟོབས་འཕྱོར་བས་དྲེགས་ལ་རེ་བཞི། །ཡིད་སེམས་  
 པ་གཏིང་ནས་སྒྲོ་བའི་གནས། །དོན་དེ་ཕྱིར་སྤང་འབྲམས་རི་བ་ཡིས། །ཁྱོད་  
 ལྷོ་གོས་གཉིས་ལ་བསྐྱར་དགོས་པས། །ཆོ་འདི་སྤང་བྱ་བཞག་འཕྱག་འདྲ་ཡང་།  
 །ཐུགས་གནད་གྱི་མདུན་མ་འཛེངས་པར་འགྱུར། །གཞིའི་སྤང་གྲགས་རིག་གསུམ་  
 ཐུ་མ་སྒོའི། །དཔལ་གསང་གསུམ་རྩི་རྩེའི་རོ་པོ་རུ། །དབྱིངས་སྒྲོས་བལ་ངང་  
 ནུ་བཟེས་པའི་བྱིན། །རྒྱན་ཆད་མེད་སྟིང་གི་བཅུད་དུ་སྟོབས། །གནས་མི་མེད་  
 བག་གི་ཐུག་པ་རུ། །ལྷ་སྒྲ་མའི་ནལ་འཕྱོར་ལེགས་བསྐྱུངས་ཏེ། །ལམ་གཅིག་  
 ཆོག་གདམས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཡིས། །ཐུགས་བཅན་ས་ཟིན་པར་གྱིས་ཤིག་བྱ། །གདམ་  
 དེ་སྐད་བསྐྱུད་པའི་ནམ་དགར་གྱིས། །ལམ་ཐུན་མོང་ངེས་འབྱུང་བྱང་རྒྱལ་སེམས།  
 །བལྟ་དགའ་ཞིང་རྟོགས་དགའི་ལྷ་བ་དང་། །མཚོག་རིམ་གཉིས་ཉམས་སུ་བསྐྱར་  
 བར་ཤོག། ཅིས་རྟོག་གེ་ཁ་བཤད་མཁན་གྱིས་ལན་པར་སྒྲུ་བའི་ཆོག་ཆོག་རི་བདེའམ་པོ་ལ་འགྲོ་བའི་རྫོངས་ཆོས་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་རང་གི་དགེ་ལྷན་སྒྲོ་བཟང་ཤེས་པ་ཅེས་བྱ་བ་སྤྲེལ་གངས་གྱི་རི་སྐུལ། །གནས་མཚོག་བྲག་དགར་སྐྱེལ་  
 རྫོང་། །མཚོ་སྟོང་མདུ་དེ་བ། །རོང་པོ་བྱུ་བའི་གནས་བརྒྱུད་སོགས་སུ་རྒྱུ་བལ་པ་གཞོམ་ཞིང་ལོག་ཉིས་གསུམ་རེའི་མཚམས་  
 སུ་མཚོ་མོངས་གྱི་ལོ་ལ་པོར་ལྷར་བཤད་ག་ལ་པོར་བགསེར་མཚོ་གིས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་གྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་སྟེ་

[illegible]

༡༡། །རྟེན་འཛིན་གཉིད་དུ་ཡུར་ལས་སྒོར་བྱེད་བརྗོད་པ་དོན་  
ལྡན་གཏམ་གྱི་རྩ་བོ་ཆེ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

215

འདི་འང་ཡལ་ལ་ཉི། །གཅིག་ནས་གཅིག་དྲུ་བརྒྱད་པའི་པ་དང་མའི། །ས་པོན་  
 མི་གཙང་ཀུན་འདྲིས་ཉིར་ལེན་ལ། །འབྲུང་བཞིས་བསྐྱེད་ཅིང་འཕེལ་ཏེ་ཆེར་རྒྱུང་  
 བ། །སྐྱུ་ལུས་མཐོ་ཡོར་འདི་ཡང་འགྲེལ་ལ་ཁད། །ཐང་གཅིག་བརྒྱན་པོར་ཞུས་  
 པ་སྐྱུ་མའི་ལུས། །གསལ་རིག་སེམས་གྱིས་ནམ་ཞིག་འདོར་འགྱུར་ཞེས། །ཕྱི་  
 མའི་གངས་མཐའ་བགངས་ལ་ཆས་འདྲ་བའི། །འབྲུང་རྒྱབས་དབུགས་གྱི་རྒྱ་བའང་  
 ཆད་ལ་ཁད། །གྱི་དོ་སྐྱེས་པའི་ཉིན་མོ་ནས་བརྒྱར་སྟེ། །མི་རྟག་ག་ཟས་འཇུབ་  
 ཅིང་རྗེས་བསྟེགས་ན། །མཚོངས་སྐབས་གཅིག་གིས་འཐིབས་གྱིས་མནན་བྱས་  
 ནས། །བརྩེ་མེད་མཆེ་བས་ནམ་འདེགས་ཨ་ཅ་མ། །མི་རྟག་སྟོན་པོ་བཞད་པའི་  
 ཆེམས་བར་ན། །བག་ཡངས་སྐྱིད་ཉལ་བྱེད་པའི་བསམ་བརྒྱག་ཁྱོད། །དོ་རྒྱུ་བ་  
 ལ་ཡང་ལྷད་པར་མི་འགྱུར་བའི། །དཔའ་གདོངས་ཅི་འཆལ་སོས་བདེ་ངང་རིང་  
 འབྲུལ། །དཔུལ་བའི་མེ་དོང་མདུན་ན་འདུག་བཞིན་དུ། །རྒྱགས་ཅིང་མཚོངས་  
 པས་འགོ་བ་བྱིས་པའི་སེམས། །བྱ་བའི་གོ་མ་འགྲོས་འདེགས་འཛོག་ཅེན་པའི་  
 སར། །དོགས་ཆོན་ཅུང་ཞིག་བྱས་ན་མི་ལེགས་སམ། །འཕེན་འགྲུབ་རྒྱ་ཡིས་  
 ས་པོན་སྟོན་པ་ལས། །འཕང་འབྲས་གྱུར་བའི་བྱད་ཤིང་ཁོ་ལག་རྫོགས། །སྐྱུ་ག་  
 བསྐལ་གསུམ་གྱི་མི་ཕྱི་དག་འབར་བས། །ཡང་ཡང་བསྐྱེགས་པའི་ཚུལ་འདིས་  
 མི་སྐྱོ་འམ། །ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་ཟའི་གོང་བྱིར་དུ། །བདེ་སྐྱུག་འགྱུར་  
 བའི་སྟོག་གི་གར་མཁན་མ། །རི་ལྗང་ཅེན་གྱང་ཕྱི་མཐའ་ནམ་མཁའི་འཇའ། །ཟིན་  
 པ་མེད་འདིས་མི་སྐྱོ་ལས་གྱིས་གཞོངས། །བདེ་གཤེགས་གསུང་གི་གསང་བ་ཙོར་  
 གྱི་དཔ། །ཡོད་དགའི་གཅིས་པ་ཟབ་མོ་རྟེན་འབྱུང་རྒྱལ། །བདེན་བཞིའི་མཛོད་  
 གྱི་སྒོ་འཕར་དམ་པོ་བརྒ། །འབྱེད་བྱེད་ལྷེ་འབྲུལ་མི་རྟག་རགས་སྟེན། །དེ་  
 ཕྱིར་ཕྱི་ཐོལ་སྤངས་ཏེ་ད་ནས་བརྒྱར། །མི་རྟག་འཆི་བ་དཔན་པའི་སྐུལ་ལྷག་འདིས།

ལན་བརྒྱུག་དུ་བཅུན་ནི་སེམས་ཀྱི་ན། །སྒོན་བྱོན་དམ་པའི་གཤེགས་བཤུལ་བཟོད་  
 པར་རིགས། །བརྒྱད་པ་དོན་ལྷན་གཏམ་གྱི་རྩ་བོ་ཆེ། །དྲི་མེད་ཆིག་གི་ཤིང་གིས་  
 བདུང་བའི་སྒྲིམ། །རྟག་འཛིན་གཉིད་དུ་ཡུར་ལས་སྦྱར་བསྐྱངས་ནི། །ཞི་བམིལ་  
 མེད་ལ་སྦྱན་པའི་རྩུ་ཡུར་ཅིག །དེ་ལྟར་འགལ་འདུའི་ཕུང་པོ་དག་ནས་ནི། །ཆོས་  
 གྱི་ཉིང་ཁུ་གཞན་ལ་འདོམས་ཆོལ་བྱེད། །རང་སེམས་ཆོས་ཀྱི་མ་སྒོན་ཆུ་རྩེ་བཞིན། །  
 རྒྱུང་པོར་ལུས་དེས་སྒྲོ་བའི་དབུངས་འདི་ཐལ། །སྤེལ་ལེགས་ཆིག་སྒྱུར་སྤེལ་ལ་  
 རྒྱ་ཁྲོས་ཅལ། །མི་འཛིགས་སྒོ་བས་པ་བཟང་བོ་ཡོད་མདོག་ཁ། །གཏན་སྦྱར་  
 བེས་རྒྱ་ཆུང་བས་ཕྱི་མ་རུ། །འགྲོ་ཆས་ལྷ་ལས་མཚོ་སྦྱིས་སྦྱན་དེས་བྲིས། །ཞེས་  
 རྟག་འཛིན་གཉིད་དུ་ཡུར་ལས་སྒོར་བྱེད་བརྒྱད་པ་དོན་ལྷན་གཏམ་གྱི་རྩ་བོ་ཆེས་བུ་འདི་ཡང་ཆོས་བྱ་ཆེན་པོ་བཀའ་ཤིས་རྒྱུན་  
 པོར་གཞན་དོན་རྩེ་རྩེ་གི་ཕྱིས་འཕྲུང་ས་བཅད་མང་པོ་བཀའ་སྤྱོད་ཡིང་བས་འཁྱེར་སྐབས་དེན་པས་ཆེན་དེ་ལྟའི་དགོས་པ་  
 རྒྱུང་བའི་ཆ་མཚོ་སྦྱིན་ཞེས་བུ་བས་རང་ལ་བསྐྱལ་བྱུག་བདེ་བོ། །

༡༡། །སྒོ་གཅིག་དྲིལ་གྱིས་མདུན་མ་ལེགས་སྦྱུང་པའི་དགའ་  
 བས་བསྒྱུད་དེ་སྦྱིད་པའི་སྤང་སྒྲུ་ཁབ་ཀྱི་བུ་ག་ནམ་མཁའི་རྒྱ་  
 རྒྱུན་དུ་སྒྲོག་པའི་ཅ་ཅ་ཞེས་བྱ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་ལྷུ་ཅ་ཡོ་གེ་ལྷ་རྩུ་ལ། །ཡོངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་ན་གསང་གསུམ་  
 རྩེ་འི་དངོས། །སྦྱུ་ཏུར་སྦྱིག་གི་གོས་འཆང་ཞང་སྒོན་རྩེ། །འབངས་མོས་གུས་  
 ཀྱི་ནལ་འབྱོར་སྒྱུང་བ་ཡི། །སྦྱིང་ཆོས་འཁོར་གྱི་པསྒོར་རྟག་དུ་རོལ། །རང་གཞོན་  
 དུས་ནས་སྒོན་གོམས་བག་ཆགས་ཀྱིས། །འབྲལ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཚུགས་སུ་སྒོ་མ་  
 གཞོལ། །དཔལ་ལྷ་ཆོས་ལ་ཡིད་རབ་དབང་མེད་གཡོས། །དམི་ཆོས་ཀུན་ཞར་

ལ་འབྱུང་གིན་གདའ། །ང་མཚར་འདོད་གྱི་གོས་བཟང་མ་བསགས་ཀྱང་། །གཞན་  
འབད་ཚོ་ལ་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་རྒྱ་མཐོག་བཟང་། །གོས་གང་ཡིགས་གྱིས་ལྷས་  
པོ་གཏུམས་གྱིན་གདའ། །འདི་ལྷ་ཚོས་གྱི་བཀའ་རིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་ཟ་  
འདོད་གྱིས་སྒོད་ཟད་བྱ་ན་དང་། །གཡོག་བྱན་པོ་མོགས་འབད་པས་མ་བསྐྱབས་  
ཀྱང་། །ཟས་ཞིམ་དགུ་ཀུན་ཁ་ལ་སྤྲུབ་གྱིན་འདུག། །འདི་ལྷ་ཚོས་གྱི་བཀའ་རིན་  
ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་སྦྱིད་འདོད་གྱིས་ཁང་ལས་མ་བྱས་ཀྱང་། །གཞན་དགའ་  
ཆེགས་གྱིས་སྤྲུབ་པའི་ཁང་བཅེགས་སུ། །ཡོངས་ཅི་དགའ་རུ་སྦྱོད་ཅིང་གནས་  
པ་བྱུང་། །འདི་ལྷ་ཚོས་གྱི་བཀའ་རིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་རྒྱགས་འདོད་གྱིས་  
རྟ་བཟང་མ་ཉོས་ཀྱང་། །རྟ་བང་ལྷུང་གྱི་གོས་འགྲོས་གང་བདེ་ཀུན། །རང་གང་  
འདོད་དུ་སྒོར་ལེན་བྱེད་རྒྱ་བྱུང་། །འདི་ལྷ་ཚོས་གྱི་བཀའ་རིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་  
ཆེ་འདོད་གྱིས་མི་ཆེན་ཐུ་ཆེན་བྱུང་། །ཐབས་སྤྱོད་གས་གྱིས་འཆངས་ཀ་མ་བྱས་  
ཀྱང་། །ཁོང་ཆེན་པོ་ཀུན་ཅིས་མཐོང་ཆེ་པ་བྱུང་། །འདི་ལྷ་ཚོས་གྱི་བཀའ་རིན་  
ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་ཁེ་འདོད་གྱིས་གྲགས་པ་མ་བསྐྱབས་ཀྱང་། །མིང་སྟན་  
གྲགས་གྱིས་ན་མཉམ་སྤྲུག་དོག་ཅན། །གཞན་ཡིད་ཀ་རུ་མི་འོངས་རྒྱང་སྤྲུང་། །  
འདི་ལྷ་ཚོས་གྱི་བཀའ་རིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་དཔོན་འོད་གྱིས་གཡོག་འཁོར་  
མ་བསྐྱས་ཀྱང་། །སྒྲ་སྒྲོ་གོས་གྱི་འགྲོ་སྒྲོ་མེད་པ་ཡིས། །གཡོག་མངགས་བདེ་  
ཡི་ཆེགས་ཡང་འདི་དག་བྱུང་། །འདི་ལྷ་ཚོས་གྱི་བཀའ་རིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་  
ཉེས་མེད་གྱི་རྩ་རྒྱུད་གནས་དབྱངས་ནས། །ལག་དལ་མེད་གྱི་སྒོར་བདུང་མ་བྱས་  
ཀྱང་། །རང་མལ་ས་ནས་གཞན་གྱི་ཞབས་དོག་ལེན། །འདི་ལྷ་ཚོས་གྱི་བཀའ་  
རིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་ཉིན་རེ་བཞིན་མེགས་བཞུད་ཞབས་འབྲིང་ལ། །གཞན་  
སྒྲ་བྲིས་དུ་འཇུག་དགོས་མ་བྱུང་ཡང་། །ཡོངས་གྲུ་འབུལ་གྱི་སྐལ་བའི་ཡུད་ལ་

དབང་། །འདི་ལྷ་ཚོས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་གཤོས་འདྲོད་ཀྱི་ཆས་  
 ཀ་མ་བསྐྱེགས་ཀྱང་། །ཆས་གང་ལེགས་ཀྱི་ཡོད་སྟུང་གང་དགོས་ནམས། །ང་  
 གང་འདྲོད་དུ་ཡོངས་སུ་སྟོང་གྱུ་བྱུང་། །འདི་ལྷ་ཚོས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །  
 ང་ན་མཐིང་གི་ཤོ་མོ་མ་བསྐྱབས་ཀྱང་། །ལས་བྱ་བཞག་ཀྱན་རིགས་པས་གཏན་  
 འབེབས་པས། །མི་གཞན་དག་གི་གོས་སྒྲགས་འདྲི་སར་གྱུར། །འདི་ལྷ་ཚོས་  
 ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་གཏན་ལྷག་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་གསུང་མ་བཅིངས་ཀྱང་། །  
 ཡུལ་སྟོང་གི་དགོན་སྡེ་གནས་ཁང་མཚོ། །སྐྱུ་ཡིག་འབྲུ་སྒྲགས་རང་བྱོན་གནས་  
 མང་མང་ལ། །འདི་ལྷ་ཚོས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་རང་དོན་གྱི་ཀྱུ་  
 ས་ཐིན་མིན་ཡང་། །མ་མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་འགོ་ལ་དམིགས་པའི་སྒོས། །མེམས་  
 ཀྱི་ཆེན་གྱི་སྟོན་ལམ་ནན་ཏན་བཏབ། །འདི་ལྷ་ཚོས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །  
 ང་ཀྱང་འགྲོས་ཀྱིས་བྱིན་པ་འདར་མིན་པར། །རི་གང་ལེགས་དང་གང་མཐོའི་དབྱ་  
 རྒྱུ། །རྟ་ཅང་ཤེས་ཀྱིས་བར་གིས་བཟོད་ནས་བྱིན། །འདི་ལྷ་ཚོས་ཀྱི་བཀའ་  
 དྲིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་ཕྱུ་བྱར་གྱི་མིག་གིས་མདོན་མཐོང་བའི། །ཡུལ་སྟོན་  
 བྲལ་གྱི་མི་དང་མི་མིན་ལ། །སྟོས་ཆེད་དམིགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་གང་ཞོག་བྱས། །འདི་  
 ལྷ་ཚོས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །ང་ལོང་མེད་དང་ཡིད་འབྱུང་བཅེ་བ་ཡི། །  
 རྟོན་ལ་མ་ཞིག་སྟེས་པ་མ་ལགས་ཀྱང་། །ཤལ་གཞན་དག་དང་འཆར་སྟོའི་འདྲ་  
 བྱུང་། །འདི་ལྷ་ཚོས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལོས་ཡིན་སྟེ། །ཆོས་ཐོས་བསམ་གྱི་གནས་  
 རྒྱུས་འབྲས་བྱ་ཡང་། །དཔལ་དགོས་འདྲོད་ཀྱན་ཞར་ལ་འབྱུང་བའི་ཚུལ། །ད་  
 མཐོང་ཆོས་སུ་ཁྱོད་ལྷགས་འདི་ལྟར་ན། །ཤུགས་ཕན་ཡོན་ཀྱན་བསམ་ཐག་ཅི་  
 ཞིག་ཡོད། །ལར་སྟོས་སྐྱབ་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་ཉམས་བསྟར་ན། །འབྲལ་བསམ་  
 གཏན་གྱི་བདེ་བས་ལུས་མེམས་ཆོམ། །ཤུགས་ཐག་མེད་ཀྱི་དགའ་བདེར་རྟག་

ཅ་ནེ་མ་མོ་བཟང་ཀྱ་མཚའི་གསུང་ལས་མ་མགུར་གྱི་སྒྲོར།

དུ་རོལ། །ཡོངས་པའང་ཁུབ་གྱི་འགྲོ་དོན་སྒྲུབ་གྱིས་གྲུབ། །ཅེས་མོ་གཅིག་དེལ་གྱིས་  
མདུན་ལེགས་སྒྲུབ་པའི་དགའ་བས་བསྐྱོད་དེ་སྒྲིང་པའི་སྒྲར་སྒྲུབ་པའི་བྱུག་ནས་མཁའ་མཁའ་ཀྱུ་ཀྱོན་དུ་སྒྲོག་པའི་ཅ་ཅེས་བྱ་འདི  
ནི། དེགས་པ་སྒྲུབ་སྒྲོབ་མང་ཀྱ་མཚའི་སྒྲིན་གཞུག་ལག་ཚས་གྱི་འདོད་འཛིན་འཕྲོད་པས་མཛད་སྒྲོན་སྒྲོམ་གས་གྱི་སྒྲིང་པའི་མང་  
སྒྲིང་གིས་འི་ཆ་མགོ་མང་ཞེས་པའི་སྒྲར་ཐོག་དུ་རང་ག་ཞན་གྱི་སྒྲར་ཚུལ་དུ་མས་སྒྲིན་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཅ་ཅེས་བསྒྲུགས་པའོ།

༡༡། །རྣམ་དགར་གྱི་གྲུ་པོར་སྒྲོན་པའི་དར་ཆེན་བཅུགས་པ་  
འདུན་སྒྲོབས་མཐུན་པའི་རྒྱང་གིས་ཞི་བ་མཚོག་གི་ཕྱོགས་  
སུ་བསྐྱོད་པའི་འབྲུལ་འདེགས་གྱི་བདེན་ཆེག་  
ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་བརྩ་རྩ་ལ། ཡེ་ཤེས་རྣམ་ལུང་རང་མདངས་འཇའ་ཚོན་གྱི་  
རི་མོ། །མཐའ་བྲལ་ཚས་དབྱིངས་རང་དུ་རོ་མཉམ་གྱི་རང་རྩལ། །དག་པའི་  
བཟན་གཡོའི་བཀོད་པ་རི་འདོད་དུ་སྒྱུར་བའི། །ཁུབ་བདག་གདོད་མའི་མགོན་པོ་  
སྒྲིང་དབྱས་སུ་བཞུགས་ཤིག །ཀྱལ་བ་ཀྱ་མཚའི་ཚོམ་བུ་རིན་ཅན་གྱི་ཁྱ་མར། །སྒྲིང་  
ནས་གྱུས་པའི་རྣལ་འབྱོར་བཙོན་ཁུལ་དུ་མཆིས་གྱང་། །བཀའ་དང་རྒྱབ་འགལ་  
གདག་སྒྲུབ་པ་ཡི་གནོངས་པས། །སྒྲས་བཙས་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་དབྱིས་རྩས་  
ཤིག་བྱང་ན། །སྒྲབས་ལེགས་ཙམ་གྱི་དལ་འབྱོར་རྟེན་བཟང་འདི་ཐོབ་ནས། །དུར་  
སྒྲིག་རྒྱལ་མཚན་ལུས་ལ་འཆང་བ་ཞིག་བྱང་ཡང་། །དན་ཤེས་གཉེན་པོའི་མཐུ་  
དཔུང་ཞན་པ་ཡི་སྒྲོན་གྱིས། །སྒྲར་ཡང་འཁོར་བའི་གཉིང་རྟོར་གྱུར་པ་འདིས་སྒྲོ་  
བ། །བཀའ་རིན་འཁོར་མཐའ་བྲལ་བའི་དེད་དཔོན་གྱིས་བསྐྱབས་ཤིང་། །དལ་  
འབྱོར་མི་ཡི་ལུས་རྟེན་གྱུ་གཟིངས་འདི་རྟོད་དུས། །རྣམ་དགར་ཚོགས་གཉིས་



ལྷ་དང་མཐུན་ཐོགས་སུ་གཡོ་ཞིང་། །འཁོར་བ་དུག་གི་མཚོ་ཆེན་བཞུལ་བ་ཞིག་  
 ལྷ་ན། །མཚན་ལྷན་བཤེས་གཉེན་དཔ་པའི་ཞབས་པད་ལ་གདུགས་ནས། །ལྷ་  
 ཚོས་བདུད་རྩི་གང་འདོད་དེས་མེད་དུ་སྤང་ཡང་། །འདི་སྤང་ཚོས་བརྒྱད་བྱ་བའི་  
 གཞན་དབང་དུ་གྱུར་ནས། །ཐོས་དོན་སྦྱབ་པའི་སྐལ་བ་ཞན་པ་འདིས་སྟོོ་བ། །མི་  
 མེད་དཔེན་པའི་གནས་སུ་བསེ་རུ་སྤར་གནས་ནི། །མང་ཚོས་ཤོར་བུ་མཚོག་གི་  
 བྱེད་ལ་བཙོན་ཞིང་། །སྟོམ་སྦྱབ་སྦྱལ་མཚན་ཅེ་རུ་མཚོད་བཀྱར་ལ་འབད་པས།  
 དགོས་དགུ་ཆར་དུ་བསྐྱེལ་བའི་སྐལ་བ་ཟང་ཞིག་ལྷ་ན། །སྤྲས་བཅས་སྦྱལ་བའི་  
 སྦྱན་སྤར་འགོ་ཀུན་བྱེད་དུ། །སྟོན་འཇུག་བྱང་ཚུབ་མེམས་ཀྱི་སྟོམ་པ་ཞིག་མཚོས་  
 གྲང་། །རང་ཉིད་གཅེས་འདྲིན་འགོང་བོ་སྟོང་སྤྱགས་སུ་ཞུགས་པས། །གཞན་  
 བན་ཡིད་ལ་མེམས་སྤྲུལ་མེད་པ་འདིས་སྟོོ་བ། །ད་ནས་ཐེག་པ་མཚོག་གི་བརྟུལ་  
 ཞུགས་ལ་གནས་ནི། །བསམ་སྟོར་མཐའ་དག་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བ་ཡི་དོན་ལས།  
 གཞན་དུ་གཡེལ་བ་མེད་པའི་ཡིད་དཔ་བྱི་སྟོོན་ས། །སྤྲས་བཅས་སྦྱལ་བའི་བཟུལ་  
 ལས་འགྲིམ་པ་ཞིག་ལྷ་ན། །མིད་པའི་འཕྲུལ་འཁོར་གཞིག་སྤར་མཐའ་བུལ་གྱི་  
 གནས་ལུགས། །སྤྲེག་རིགས་པའི་ལས་བརྟེན་འཚོལ་བུལ་དུ་བྱས་གྲང་། །ངར་  
 འདྲིན་གདོན་ཆེན་སྟོང་ལ་ཐོག་མེད་ནས་ཞུགས་པས། །དེས་འདྲིན་འཕྲུལ་བ་  
 སྤར་ཞིང་འཕེལ་ལུགས་འདིས་སྟོོ་བ། །ཕྱི་ནང་གྲུབ་མཐས་བརྟག་པའི་ཀུན་བདགས་  
 ཀྱི་འདྲིན་ཚུལ། །རིམ་བཞིན་རྗེ་སྤར་མོང་བའི་རིགས་ལས་གྱིས་བསལ་ནི། །ཕྱིད་  
 པའི་ནད་བརྒྱུད་པས་འབྱེན་རྟེན་འབྱུང་གི་དེ་ཉིད། །རྗེ་བཞིན་རྗེན་པར་མཐོང་བའི་  
 སྐལ་བ་ཟང་ཞིག་ལྷ་ན། །གསང་བ་མཚོག་གི་ཐེག་པའི་ཚོས་སྟོོ་རུ་ཞུགས་ནས།  
 རྒྱུད་སྟེ་ནས་བཞིན་དབང་བསྐྱར་གང་འདོད་དུ་ནན་ཡང་། །དཔ་ཚིག་སྟོམ་པ་  
 སྟོོ་ཡིས་པར་སྦྱབ་དུ་བཞག་པས། །མནར་མེད་དཔུལ་བའི་བྱད་ཤིང་གྱུར་པ་འདིས་

ཅོ་ནེ་ཐཱ་མ་སྟོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྟོར།

སྟོ་བ། །ད་ནི་རང་སེམས་འདི་ལ་བྱ་ར་ཞིག་བྱས་ནས། །སྟོ་མ་གསུམ་བཅས་  
འགལ་ཕྱར་གསལ་བཤགས་ལོས་ཀྱན་མཐོལ་དེ། །སྟིན་ཆད་སྟོག་ལ་བབས་ཀྱང་སྟོ་མ་  
སེམས་གྱི་ངང་ནས། །རང་རྒྱུད་བསྐྱབ་པར་གཅེས་སྤྲས་བྱེད་པ་ཞིག་བྱང་ན། །གང་  
སྤང་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ནམ་ཐོལ་དུ་མོས་དེ། །སྟོད་བཅུད་དག་པའི་འཁོར་ལོར་གོམས་  
འདྲིས་སུ་བྱས་ཀྱང་། །ཐ་མལ་སྤང་ཞེན་རིང་ནས་ཨ་འབས་སུ་སོང་བས། །བསྐྱེད་  
རིམ་ནལ་འབྱོར་འབྱོར་སྐབས་མེད་པ་འདིས་སྟོ་བ། །བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་  
པའི་དྲིང་འཛིན་གྱི་འཆར་སྟོ། །རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དགྱིལ་འཁོར་དབང་གཞུ་ལྟར་  
བཟ་བའི། །དེ་མཆར་སྤང་བརྟན་མཚོག་གི་ལྷད་མོ་ལ་གཡེང་སྟེ། །ཐ་མལ་  
སྤང་ཞེན་རྒྱ་ལས་བྱོལ་བ་ཞིག་བྱང་ན། །ལ་བཅས་དོ་རྩེའི་ཕོ་བྲང་ཆོས་འཁོར་གྱི་  
ལྷ་བར། །ལ་རིག་སྟོང་འི་སྤྱབས་རྒྱ་རང་བྱུང་དུ་བརྟོལ་དེ། །ལྷན་སྤྲིས་ཕྱག་རྒྱ་  
ཆེན་པོའི་འོད་གསལ་དུ་ཞུགས་པའི། །རང་མདངས་སྤྱུ་འཕྱལ་བྱ་བའི་སྒོས་གར་  
དུ་བསྐྱར་ན། །ཞེས་ནམ་དགར་གྱི་གྲ་པོར་སྟོན་པའི་དར་ཆེན་བཅུགས་པ་འདུན་སྟོབས་མཁྱན་པའི་རྩུང་གིས་ཞིབ་  
མཚོག་གི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་པའི་འཕྱུལ་འདེགས་གྱི་བདེན་ཆོག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་དང་སྟོང་ཆེན་པོའི་རྩེས་སུ་སྟོད་པའི་བརྟུ་  
ཞུགས་ལ་གནས་པ་བློ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་རྟོན་ཞེས་བྱ་བས་གཙོ་གཡས་རུའི་སའི་ཆ་ཀར་སྟེ་གདན་གྱི་དཔེ་གནས་སུ་སྤྱར་པའི་  
ཡིག་བཅིང་དབུ་ཆེན་ནམ་པར་དཔྱེད་པ་འཕགས་པའི་ཚོར་གྱི་རྒྱན་ཐུན་དགའ་རབ་རྩེ་དུང་དག་སྟོར་སྟོ་བཟང་རྒྱ་ལ་ཁྲིམས་གྱིས་  
བགྱིས་པའོ། །

༄༅། །རང་ལ་བསྐྱལ་བའི་སྤྱུ་དབྱངས་འཆི་བ་བྱ་གདོང་བའི་སྒྲིང་  
བྱ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་ཨྲཱ་ཏེ་ལོ་གེ་ཤ་རྩ་ཡ། རྒྱལ་ཀྱན་མཁྱེན་རབ་མཚོ་ཆེན་ཐུགས་

རྒྱུ་མཉམ་སེམས། །བསྐྱབས་པ་ལས་སྐྱེས་འཇམ་མགོན་ཉི་མ་འབར་བའི་གཟི། །གཏི་  
 ལུག་ལུན་པའི་དབང་ཡི་གཤེད་ལྷུང་ཡེ་ཤེས་གྱི། །རལ་གྱིའི་གདེངས་ཀ་ནམ་པར་  
 གཡོ་བའི་ལྷ་དེས་སྒྲོངས། །འཁོར་འདས་བཟན་གཡོ་ཀྱན་གྱི་བྱེད་པོ་རང་སེམས་  
 གྱི། །མེས་པོའི་བཀའ་ལུང་མྱི་མོའི་ཁུར་གྱིས་གཞོན་པ་ཡིས། །ལུས་རག་བྱ་  
 བའི་ལྷ་བཟན་དག་ནི་གཞན་དོན་ཟོལ། །བརྟལ་ཞུགས་འཆང་བའི་ཅིད་འཛོར་རྟག་  
 ཏུ་བྱེལ་ན་ཡང་། །གཟུགས་པོའི་ན་རྩུང་དྲུང་སྤྲིག་འཆང་བའི་རྒྱལ་མཚན་གྱི།  
 །གཞོན་རྒྱུའི་གྲོགས་དང་མཛེས་བ་མི་ཉམས་ཅི་ཞིག་གིས། །སྐལ་བ་སྦྱོང་པོར་  
 བསྐྱེད་འོས་མེར་གཟུགས་དཀྱུས་མ་ལས། །མ་འཕགས་ཐོས་དོན་སྐྱབ་ལ་གཡེལ་  
 འདིས་སེམས་ཁུང་གང་། །དུས་གྱི་རྒྱན་པོ་དག་གིས་ཆེ་ཡི་དངོས་པོ་ལ། །རྒྱན་  
 ཆད་མེད་པར་རྟུང་དྲུང་དྲུང་བརྟུས་གྱུར་ཏེ། །ད་ནི་ལྷག་མ་ཕྱན་བྱ་ཅི་ཞིག་  
 འདུག་པ་འདིར། །ཁྲོ་སྒྲ་ཁྲག་དང་སྤྲིང་པོ་ཅུང་ཞིག་མི་ལེན་ནམ། །བྱིས་གཞོན་  
 དར་མ་དར་ཡོལ་ཆས་པའི་ཐེམ་སྐས་སུ། །ཉིན་མཚན་རྒྱང་བཀོད་སྐྱར་མོས་བཟོད་  
 རྒྱུ་ཅེར་ཕྱིན་ནམ། །བྱི་མའི་རྒྱལ་ཁམས་བལྟ་བར་ཆས་པའི་རང་རྩལ་འདིར། །ཁྲོ་  
 སྒྲ་ཁྲག་དང་བྱི་བཤོལ་བྱེད་པ་ཅང་བདེན་ནམ། །ཆེ་འདི་ཅུང་ཟད་མི་སྤོད་སྐྱད་ཅིག་  
 རྒྱུ་རྒྱུ་བཞིན། །འཆི་བདག་གཤིན་རྗེའི་མདུན་སར་སྤྲེགས་ཏེ་ཆས་གྱུར་པ། །སྐྱུ་  
 ཁུང་མི་སྤོག་པོལ་དུ་མེད་པའི་བང་འགྲོས་ལ། །ཁྲོ་སྒྲ་ཁྲག་དང་མོས་དལ་འདུག་  
 པ་མ་འཁྲལ་ལམ། །མི་ཡི་དངོས་པོ་ཤིན་ཏུ་རྙེད་དཀའ་ཕན་པའི་ས། །ལོ་ཟླ་ཞག་  
 དུས་ཟ་མའི་དམག་གིས་བདས་གྱུར་ཏེ། །འཆི་བདག་གཤིན་རྗེའི་སྒོ་འགྲམ་ཉིད་  
 དུ་སྐྱེབས་གྱུར་བར། །ཁྲོ་སྒྲ་ཁྲག་དང་འདིགས་སྒོལ་སྐྱབས་ཤིག་མི་འཚོལ་ལམ།  
 །ཁྱི་མ་དུས་གྱི་པོ་ཉ་མི་རིང་སྐྱར་སྐྱེབས་ནམ། །ཞགས་པའི་མཁུལ་རྒྱན་མཁྱིན་  
 སར་གཏད་དེ་བར་དོའི་འཕྲང་། །ཐང་ཅིག་བཟོད་ནས་གཏན་གྱི་ཡལ་གཞིས་དུག་

དར། །སྒྲིན་མོར་ལག་པ་སྟོང་བར་བསྐྱེགས་ལས་ཐབས་ཀྱིས་དབུལ། །ཀྱེ་ཉི་  
 སྒྲིག་པའི་མཚན་རངས་དང་ནི་ཡུན་འགྲོགས་པའི། །འཚོ་བའི་རྒྱ་དཀྱིལ་མེ་ལོང་  
 འདི་ཡང་སྤྱར་དུ་བྱགས། །མེས་ཀྱི་མཁའ་ལ་རིག་པའི་རྒྱ་སྤྱར་འབུམ་བཟ་བ།  
 བངས་པའི་དངོས་པོ་འདི་ཡང་དཔྱ་མེད་ཉིད་དུ་ཡལ། །རྩལ་དེས་སྦྱིང་ལ་གདུང་  
 བ་རབ་འཛིན་དགེ་སྟོང་གཟུགས། །སྟོངས་པའི་མལ་དུ་སྟོ་གསུམ་བག་ཡངས་  
 སྟོད་བསྐྱངས་པ། །ཞན་པོའི་ལུས་ལ་བྱིས་པའི་མེས་པོ་འཆར་རྟོག་གི་པས། །འཆི་  
 བ་བྱ་གཏོང་སྒྲིང་བྱ་མི་མེད་རི་པོར་བསྐྱར། །དགེ་བས་འགྲོ་ནམས་མི་རྟག་ལྷན་  
 རྒྱུས་བཞིན་དཔྱ་ཏེ། །མཚོག་གསུམ་དཔ་པའི་ཞིང་ས་གཤིན་པོར་ནམ་དགར་གྱི།  
 ས་པོན་འདེབས་ལ་འགྲན་བཞིན་གྱུར་ཏེ་སྟོན་ཐོག་འབུམ། །སྤལ་ཡུན་བདེ་དགའ་  
 ཟད་མེད་ལོངས་ལ་སྟོད་གྱུར་ཅིག །ཅེས་རང་ལ་བསྐྱལ་བའི་རྒྱ་དབྱངས་འཆི་བ་བྱ་གཏོང་བའི་སྒྲིང་བྱ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཚོས་གྲུ་ཆེན་པོ་དཔལ་རྒྱན་འབུམ་དགར་སྐྱངས་པའི་རྒྱ་བའི་དགེ་ལྡན་གྱི་ཡང་དཔེར་རྒྱ་  
 འབྱུག་ལྷས་འབྱིས་པའི་མང་མོས་སྟོང་བའོ་བརྟེན་རྒྱ་མཚོ་སྒྲིན་ཞེས་བྱ་བས་དབྱངས་སྤྱུག་པའོ། །

༡༧། །ཆོ་འདིའི་སྤྱང་གས་རྒྱབ་དུ་བསྐྱར་ནས་དཔེན་པའི་རི་པོར་  
 གཏན་མཐུན་ལ་གཞོལ་བར་བསྐྱལ་བའི་སྤྱན་དང་གས་སྤྱ་  
 དབྱངས་རྒྱ་མཚོའི་འདུག་རོགས་  
 ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་པོ། །

ནམོ་གྱུ་རུ་ལྷ་པོ་ལོ་ཤ་རྩ་ཡ། སྟོན་གྱི་བདེ་བར་གཤེགས་པས་གཤེགས་  
 པའི་བཤུལ། །བཤུལ་ལས་དང་པོར་བཞོད་འདོད་བཞོད་པའི་རྩལ། །རྩལ་བཞིན་  
 ཤེས་ནས་སྤྱ་བ་སྤྱ་བའི་མགོན། །མགོན་པོ་ཞང་རྣམ་དུས་ཀུན་དུས་སུ་སྟོངས།

ལག་ཡངས་སྒྲོང་ནས་བག་མེད་སྒྲོད་པ་ཡིས། །དུས་ཀྱན་འདེམ་ཞིང་དུས་ཚེས་  
 བེད་ནས་པས། །བསྐྱལ་འདེབས་འདི་ཡང་བསྐྱལ་བའི་ངོ་ཅམ་དུ། །ཆོག་གི་མེད་  
 ར་ཆོག་སྒྲོར་ལེགས་པས་འགོད། །སྒྲོང་ཅིག་ཐང་ཅིག་མི་སྒྲོད་གཡོ་བའི་སྒྲོག།  
 །ང་འཆི་སང་འཆི་ངེས་མེད་ད་ལྟ་ཡང་། །ཆ་མེད་རྒྱས་མེད་བར་དེའི་འབྲང་རིང་  
 །། །འཕགོན་མེད་རྒྱལ་མེད་མི་འགྲོའི་གདེང་ཅི་ཡོད། །འཆི་བ་དཔན་ནས་འཆི་  
 བཅས་བྱེད་པ་ཡིས། །ཆོས་ཚུལ་ནལ་མས་ཆོས་མིན་ཀྱན་བཏང་སྟེ། །འཆི་  
 བས་གདུགས་ཀྱང་འཆི་བདག་མདུན་ས་རུ། །ཞེ་འཆོར་མེད་གཅིག་ཞེ་དམ་ད་ནས་  
 མེད། །ཉག་དུ་འཆི་བཅས་བྱས་ནི་འདུག་པ་ལ། །སྒོ་བྱར་འཆི་བ་བྱང་ཡང་  
 བཞིགས་པ་ཅི། །དེས་ནི་འཆི་བའི་ངང་ཚུལ་ལེགས་ཉོགས་ནས། །སྒོར་ནས་  
 འཆི་ཆོས་འཆག་དུ་ཆུད་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དག་ཡིད་སྒོན་དཔལ་འབྱོར་དཔལ་གྱི་  
 གཡུང་། །སྤལ་ལེགས་ཀྱན་གྱིས་བསྐྱེད་ཤིང་བསྐྱེད་མེད་ཆོས། །སྦྱིང་ནས་སྐྱབ་  
 ཀྱང་མཁས་ལས་མཁས་པ་སྟེ། །འདི་སྤང་ལ་ཞེན་གྱིས་ལས་གྱིས་པ་འོ། །དམ་  
 ཆོས་སྒྲན་དང་བཤེས་གཉིན་སྒྲན་པའི་རྒྱལ། །རང་ཉིད་ནད་པ་ཉོན་མོངས་ནད་  
 རྒྱུ་དུ། །ཤེས་པའི་མཁས་པ་ནམས་ནི་མཁས་སྒྲོམ་འགས། །གཡོ་སྐྱུའི་སྤང་  
 བས་ནི་ལྷ་སྤང་ཀྱང་འཕགས། །སྒོ་གསུམ་བག་མེད་སྒོ་ཀྱན་ལེགས་བཀག་ནས།  
 །གཞི་མིན་ལས་སྒོག་དགེ་ལ་འབད་བྱས་ན། །གནས་སྐབས་འབྲས་བྱ་གནས་སྐབས་  
 མེད་མཐོང་དང་། །མཐར་ཐུག་འབྲས་བྱ་མཐར་ཐུག་ངེས་ལེགས་འབྱུང་། །དེ་  
 ལྟའི་ངང་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བསམ་བྱས་ནས། །གསལ་རིག་སེམས་འདི་འདི་སྤང་  
 བས་ལོག་སྟེ། །དགེ་བའི་བྱ་བར་བར་མེད་འབད་གྱུར་ན། །འབྲས་བྱས་མི་བསྐྱེད་  
 བསྐྱེད་མེད་ཆོས་ཉིད་ལགས། །བདེ་ནས་བདེ་བར་ལན་རེ་འཁོར་གྱུར་ཀྱང་། །ཡང་  
 ལས་ཡང་དུ་དཔྱལ་བའི་མེར་མཚོངས་པ། །སྦྱིང་ནས་སྦྱིང་དུ་འབྱུངས་པའི་སྒྱི་

འགྲོ་ཡི། །ཚུལ་ལྷགས་ཚུལ་བཞིན་སེམས་ཏེ་སྒྲོ་བའི་རིགས། །ཁྱི་མ་ཁྱི་རྟ་  
 སྲིད་གསུམ་འཁོར་བ་ན། །མི་གཡོ་མི་འགྱུར་བདེ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད། །གཅིག་  
 ནས་གཅིག་རྟ་བརྒྱད་པའི་སྟག་བསྐལ་གྱིས། །ཡང་ནས་ཡང་རྟ་མནར་བའི་ཚུལ་  
 ལ་སོམས། །བདེ་དང་མི་བདེ་སྐྱབ་འགོག་རེ་དོགས་ཀྱིས། །ངལ་དང་མི་ངལ་  
 མི་བལྟ་ཆོགས་ཕྱངས་ཡང་། །བྱ་དང་མི་བྱ་ཆུང་དོར་འཛོལ་སྒྲོན་པས། །འདོད་  
 དང་མི་འདོད་རང་དབང་བལ་འདི་བྱང་། །འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ་ཕྱི་མཐའ་མི་དམིགས་  
 པ། །གཅིག་ནས་གཅིག་རྟ་བརྒྱད་པའི་ངང་ཚུལ་ལ། །ཡིད་འབྱུང་ཡིད་ཀྱིས་  
 ཐར་བ་དོན་གཉེར་སྒོ། །སྒྲིང་ནས་སྒྲིང་ལ་བསྐྱལ་ནམས་སྐལ་བ་བཟང་། །མདོན་  
 སྒོག་མི་བྱ་མི་ཡི་མཐོང་སྒྲད་མིན། །དུས་ནས་ཀུན་རྟ་ཀུན་ནས་སྒོ་གསུམ་ལ། །བྱ་  
 ར་བྱས་ཏེ་བྱས་བ་དོན་ལུན་གྱིས། །བག་ཡོད་བརྟལ་ཞུགས་བརྟལ་བ་བརྟན་པོས་  
 རྒྱབས། །ད་ནི་རིངས་བ་རིངས་པར་ཕྱུར་ཚུལ་གྱིས། །འདྲུ་འདྲིས་དབེན་པ་དབེན་  
 པའི་ནགས་ཁོད་དུ། །བྱང་ཚུབ་སྐྱབ་སྒྲད་སྐྱབ་པར་གཤེགས་ཤིག་དང་། །འབྲལ་  
 ཡུལ་འདོད་དོན་འདོད་བཞིན་འབྱུང་བར་འགྱུར། །གཙང་གཙང་དག་བྱེད་ཆུ་བོའི་  
 རྒྱན་འབབས་པ། །ལྷུང་ལྷུང་སྒྲན་བ་ཅ་ཅོའི་སྒྲ་འབྲིན་ཞིང་། །འདྲུམ་འདྲུམ་སྒྲ་  
 པའི་ཁྲེང་བསྐར་རྒྱགས་པ་ཡིས། །ལྷུར་ལྷུར་འདའ་བ་ཆོ་ཡི་ངང་ཚུལ་སྒོན། །ལྷུང་  
 ལྷུང་ནེུ་གསིང་བཟ་བའི་དོ་རྩ་རྩ། །ལྷག་ལྷག་མེ་ཏོག་བཞད་པའི་གོ་སར་ལ། །  
 ཡང་ཡང་ལྷིང་འཁོར་ཅེན་པའི་བྱང་བ་དག །སྒྲན་སྒྲན་མཁྱིན་པའི་རྒྱད་མངས་  
 ཅེར་ཡང་བསྐྱེད། །དེ་དེ་བཞིན་རྟ་དབེན་པའི་རྩ་སྐལ་དུ། །ཡང་ཡང་སེམས་  
 ཤིང་བསྐྱོམས་པའི་ཉམས་ལེན་གྱིས། །ཟབ་ཟབ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲང་ཅི་སྒྲངས་པའི་མཐུས། །  
 སྒྲན་སྒྲན་མགུར་དབྱངས་ལེན་ནམས་བསྐྱགས་པར་འོས། །ཐོས་ཐོས་མང་བོའི་  
 རྣམ་ཁྲངས་མ་བསགས་ཤིང་། །ཤེས་ཤེས་ཁ་པོ་འབྲུག་ལྷར་མི་སྒྲོགས་ཀྱང་། །རང་

རང་འཛི་ཆེ་འཁྱོད་མེད་གདེང་མཆིས་ན། །མཁས་མཁས་གཏན་འདུན་བྱུང་པའི་  
 གལ་མཐུག་ཟིན། །མང་དུ་བཤད་པས་ཅི་བྱ་བཤད་པའི་མདོ། །སྒྲིང་པོ་སེམས་  
 ལ་འདྲིན་རྒྱ་སེམས་གྱི་གཏམ། །བྱ་བའི་དོན་ནམས་ཀྱན་གྱི་དོན་པོ་མཆོག་ །དྭག་  
 ཏུ་ཡིད་ལ་འདི་ཉིད་ཡིད་དམ་གྱིས། །མི་སེམས་བཟུང་བས་མི་ཟིན་རང་སེམས་  
 ཟུངས། །ས་མཐའ་བསྐྱོར་བས་ཅི་བྱ་སེམས་མཐའ་བསྐྱོར། །འབྲུལ་བདེ་ཀྱན་  
 གྱི་བསྐྱེད་ཞིང་གཏན་བདེ་འཛོལ། །སེམས་ཉིད་དག་སྤང་འབད་པས་ཆོས་ཉིད་སོམས། །  
 རང་གཅེས་འདྲིན་པས་རང་ཉིད་ལུང་ལ་སྒྲོར། །གཞན་གཅེས་བཟུང་བས་གཞན་  
 ལས་མཆོག་འཁྱུར་བའི། །སེམས་གྱི་གསང་བ་སེམས་གྱི་འབྲུལ་འདེགས་གྱི། །  
 ལ་མཆོན་སྒྲུ་མས་ལ་རབས་སེམས་དཔའ་བྲེལ། །དེ་ལྟར་སྒྲོན་ཤོན་གྱི་དམ་  
 པ་ཡི། །ནམ་ཐར་མཆོག་ལ་མཆོག་ཏུ་ཡིད་གཡོས་དེ། །རྒྱ་ཆེན་ཐོས་བཅའ་  
 ཐོས་དོན་བསམས་ཤིང་བསྐྱོམས། །དལ་འཕྱོར་དོན་ལྷན་དོན་གྱི་སྒྲིང་པོར་ཟུངས། །  
 རྒྱལ་འདི་འདི་མྱིར་ཕན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཞིག་ །དགོས་ཞེ་ཞེ་ནས་ནན་གྱིས་བསྐྱུལ་  
 བའི་དོར། །སྤེལ་ལེགས་ལེགས་པའི་སྤེབས་སྒྲོར་ཁོ་ན་ཡིས། །སྤྲོན་ཆོག་ཆོག་  
 རྒྱན་གཙོར་བྱས་སྤྲོས་པ་དག། །ཞེས་ཆེ་འདི་ལྟར་གས་རྒྱལ་ཏུ་བསྐྱར་ནས་དཔེན་པའི་རི་བོར་གཏན་མཐུན་  
 ལ་གཞི་ལ་བར་བསྐྱུལ་བའི་སྤྲོན་དང་གས་སྤྲོད་བྱངས་རྒྱ་མཆོའི་འདུག་དོགས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་རྩ་རྩམས་མང་ཐོས་སྒྲུབ་ལ་གཞི་ལ་  
 བའི་འདུན་པ་ཡར་རྒྱ་རྒྱར་འཕེལ་བདག་སྒྲོང་ལེགས་རྩམ་གྱོལ་ཞེས་བྱ་བས་བདག་སྒྲོང་གི་བར་ཁྱུལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་སྤྲོན་དང་གས་  
 གྱི་ཆོག་སྒྲོང་ལེགས་པ་ཞིག་ཞེས་ཀྱང་རྒྱར་བ་ཉིད་དུ་དགོས་ཞེས་ནན་དན་གྱིས་ཡང་ཡང་བསྐྱུལ་ཞིང་རྒྱར་འཕྲིན་ལམ་ནས་རྩོད་  
 བཞུགས་བཅས་བསྐྱུལ་བའི་དོར་རིགས་པ་སྤྲོད་བསྐྱོབ་རྒྱ་མཆོའི་སྤྲོན་གཙུག་ལ་གཞོས་གྱི་འདོད་འཛོར་འཕྲོད་པས་བཤད་སྐྱུབ་  
 བཞུགས་པའི་འདུང་གནས་ཆོས་གཞིན་པོད་པལ་རྩན་འབྲས་སྤྱངས་སུ་རྩམ་པར་བསྐྱེད་པས་པའི་ཡིག་བཞི་ཉི་མར་གནས་པ་བུདྲི་  
 ཆོས་མཛད་བསྐྱན་པ་རྒྱ་མཆོའི་སྤྲོད་བསྐྱེད་པའི་པོ། །

ན་མོ་གུ་རུ་བྱུང་། །སྒྲིང་དབུས་མི་ཤིགས་ཐིག་ལེའི་གྲར་ཁང་དུ། །ཀྱན་

བྱེད་རང་སེམས་གདོད་མའི་གཤིས་ལུགས་དབྱིངས། །མཚོག་གསུམ་རྒྱལ་བ་  
 ཞི་ཁོ་ཀུན་འདུས་གྱི། །གསང་གསུམ་སྒྲུ་མའི་འཕྲུལ་གྱི་བཀོད་པས་སྒྲིངས། །ཚོས་  
 བརྒྱད་གར་དུ་རྫོས་པའི་བརྟལ་ཞུགས་གྱིས། །ཚོས་པའི་གཟུགས་བརྟན་ཁོ་ནས་  
 མི་ཆེ་ཐལ། །ཚོས་སེམས་སྒྲིད་ཅིག་རེ་ལའང་བསྐྱེས་བྱས་ཏེ། །ཚོས་ལ་ཚོས་  
 བཞིན་སྒྲིད་པ་ནས་ཞིག་ཨང་། །བཀའ་དྲིན་འཁོར་མཐའ་བྲལ་བའི་རྗེ་རྣམས་ལ།  
 སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་མོས་གྲུས་གྱིས། །བསམ་སྒྲུར་མཚོག་གི་རྣལ་  
 འབྱོར་གོམས་པ་ཡིས། །ལེགས་ཚོགས་རྩ་བ་རྩུགས་པ་ནས་ཞིག་ཨང་། །འདི་  
 སྐར་བྱིས་པའི་ཅེད་མོར་མ་ཆགས་ཤིང་། །སྤྱིད་པའི་འབྱོར་བསྐྱོག་གི་གར་སྟབས་  
 ལ། །མ་ཞེན་ངེས་འབྱུང་དབྱུང་བ་བརྟན་པོ་ཡིས། །ཐར་བའི་རྒྱལ་མཚན་འཛིན་  
 པ་ནས་ཞིག་ཨང་། །བྱམས་དང་སྤྱིང་རྗེ་ལྷག་བསམ་དར་འབྱར་ཏེ། །བྱང་རྒྱལ་  
 སེམས་གྱི་གྲུ་པོ་ཆེར་ཞུགས་ནས། །རྒྱལ་སྐས་སྒྲིད་པའི་མཚོ་ཆེན་པ་མཐར་བཀྲལ།  
 དོན་གཉིས་ནོར་བུ་ལེན་པ་ནས་ཞིག་ཨང་། །གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
 མཚོན་ནོན་གྱིས། །ཐོག་མེད་དུས་ནས་དྲངས་མའི་དབང་གྲུར་བ། །ངར་འཛིན་  
 ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་གདོན་ཆེན་གྱིས། །སྤྱིང་ལ་བསྐྱུན་པའི་གོ་སྐབས་ནས་ཞིག་  
 ཨང་། །རྒྱབས་ཆེན་རྒྱལ་སྐས་སྒྲིད་པའི་ཐང་ཆེན་པོ། །གངས་མེད་བསྐལ་བས་  
 བཟོད་ལ་མ་ལྟོས་པར། །གསང་སྐྱགས་ཐབས་མཁས་གོམ་པའི་སྐབས་གཅིག་  
 གིས། །ཆེ་བྱང་གཅིག་གིས་སྤྱིན་པ་ནས་ཞིག་ཨང་། །རྣམ་དག་དད་པའི་མེ་ལོང་  
 གཡའ་བྲལ་བར། །སྒྲོན་པ་མཚོག་གི་ངོ་མཚར་དཔལ་གྱི་གཟུགས། །ལེགས་  
 བྱས་པར་གྱི་ཅེ་དགའ་རི་བཞིན་དུ། །རེ་འབྲས་སྒྲུ་མ་ཅིར་ཡང་འཆར་གྲུར་ཅིག།  
 ཅེས་པ་འདི་ཡང་དགའ་རབ་རྗེ་དུང་གི་འདོད་མོས་རྩལ་སྤྱི་སྒྲུ་རས་ཤར་མར་སྐལ་བཤོ། །

གསུང་མགུར་འདི་དག་འཇགས་ཀུན་ཀྱང་བཤད་གཏོང་རྗེ་འཆར་ཆེན་པོ་དག་པའི་བཞེས་གཉིན་གྱི་རྣམ་པར་རོལ་བ་





ཅོ་ནེ་ལྷ་མ་ལྷོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་ལས་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒོར།

སྤྱལ་བའི་རྒྱོན་གར་སྒོན་མཛད་མགོན་པོ་ཁྱེད་བཞིན་བདག་ཅག་མཛོད། །བྱ་ལྷ་མ་  
སྤྱལ་བའི་གཞུང་། །ཁམས་གསུམ་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་གར་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་རིང་ལུགས་  
འདྲིན་པ་ལ་འབྲན་པའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བའི་རྗེ་བཙུན་གྱི་ཐང་དཀོན་མཆོག་བསྐྱེད་  
པའི་རྒྱོན་མའི་གསུང་ལས་ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོའི་སྤྱལ་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་། ཅོ་ནེ་ལྷ་མ་ལྷོ་  
བཟང་རྒྱ་མཚོས་གསུང་བའི་ཡིགས་པར་བཤད་པའི་སྒྲིང་པོ་ལས་བཙུམས་ཏེ་སྤེལ་ལར་བཞེད་  
པ། གཞན་ལྷ་མགུར་གྱི་སྒོར་འདིས་སྤྱི་གས་མའི་དུས་འདིར་གཅིག་ལ་གཅིག་སྤང་གི་  
འཆེ་བས་འདིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལྷུང་བའི་མོངས་པ་ལས་ཁྱོད་ཏེ་མར་གྱུར་མེས་ཅད་ཐམས་  
ཅད་བདེ་འཁྱོའི་དཔལ་ལ་ཡོངས་སྒྲོད་པའི་རྒྱར་དམིགས་ཏེ་སྒོ་སྤྱོད་ཤིང་ཉིལ་གྱི་ཆོག་ཤེས་  
འདྲིན་པའི་བྱ་བུལ་བ་བྱུག་མཛོད་མཁན་པོར་འཕོད་པས་དཔར་དུ་བསྐྱེད་པ་དགོ། །